

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

Escuela de Posgrado

Unidad de Posgrado de Salud Pública



*Una Institución Adventista*

CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS ASOCIADAS CON  
EL ESTRÉS ACADÉMICO, DEPRESIÓN Y ANSIEDAD EN  
ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD ADVENTISTA  
DE COLOMBIA, MEDELLÍN, 2015

Tesis

Presentada para optar el grado académico de Magíster en Salud Pública  
con mención en Gestión de los Servicios de Salud

Por

Emerson César Uribe Ortiz

Lima, Perú, 2015

Ficha calcográfica elaborada por el Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación (CRAI) de la UPeU

**SP** Uribe Ortiz, Emerson César  
**3** Características sociodemográficas asociadas con el estrés académico, depresión y  
**U77** ansiedad en estudiantes de la universidad adventista de Colombia, Medellín, 2015. /  
**2015** Autor: Emerson César Uribe Ortiz; Asesor: Mg. Guido Ángel Huapaya Flores, Lima -  
2015.  
114 páginas: tablas

Tesis (Maestría), Universidad Peruana Unión. Unidad de Posgrado de Salud Pública.  
Escuela de Posgrado, 2017.  
Incluye referencias y resumen.  
Campo del conocimiento: Salud Pública.

1. Estrés. 2. Ansiedad. 3. Depresión. 4. Sociodemográfica 5. Relación.

*Características sociodemográficas asociadas con el estrés académico,  
depresión y ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de  
Colombia, Medellín, 2015*

## TESIS

Presentada para optar el Grado Académico de Magister en Salud Pública  
con Mención en Gestión de los Servicios de Salud

### JURADO DE SUSTENTACIÓN

  
Dra. Erika Inés Acuña Salinas  
Presidenta

  
Dr. Daniel William Richard Pérez  
Secretario

  
Mg. Guido Ángelo Huapaya Flores  
Asesor

  
Dr. Miguel Guillermo Bernués Contreras  
Vocal

  
Mg. Maritza Elena Jaramillo Díaz  
Vocal

Villa Unión, Ñaña, 12 de noviembre de 2015

DGI - 13 ACUERDO DE ENTENDIMIENTO<sup>1</sup> ENTRE EL AUTOR Y LA UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ACUERDO DE ENTENDIMIENTO ENTRE EL AUTOR Y LA UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

Este acuerdo se establece entre el autor y la Universidad Peruana Unión y se registra el 12 de noviembre de 2015.

Consta por el presente documento el Acuerdo de Entendimiento entre **EMERSON CESAR URIBE ORTIZ**, identificado con pasaporte N° AQ864529 nacionalidad: Colombiano, domiciliado en Carrera 84 N° 328- 28 APTD 401 Belén Las Merces - Medellín - Antioquia, Colombia, a quien en adelante se le denominará EL AUTOR; y de la otra parte **UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**, con R.U.C. N° 20138122256, con domicilio legal en Villa Unión-Naña, altura del Km. 19 de la Carretera Central, distrito de Lurigancho-Chosica, provincia y departamento de Lima, a quien en adelante se le denominará LA UNIVERSIDAD, representada por su Rectora Dra. Teodora Maximina Contreras Castro, identificada con D.N.I. N° 10168821, quien señala el mismo domicilio de su representada, facultada según nombramiento y poder otorgados en sesión ordinaria de la Asamblea Universitaria del 12 de noviembre del 2014.

Yo EL AUTOR, reconozco haber leído y comprendido los términos de licencia que acompañan a este documento y forman parte del mismo y estoy de acuerdo en aceptar las condiciones en ellos expuestas:

- **Parte 1.** Términos de la licencia otorgada a LA UNIVERSIDAD para la publicación de las obras, tesis y/o artículos en el Repositorio Institucional.
- **Parte 2.** Términos de licencia Creative Commons para publicación de obras, tesis y/o artículos en el Repositorio Institucional de LA UNIVERSIDAD.

Además, en la condición de autor de la obra, es de mi competencia:

- Estar en contacto con la dirección del Repositorio Institucional de LA UNIVERSIDAD en lo referente al contenido y asuntos informáticos.
- Proporcionar la información necesaria para crear y mantener las colecciones.
- Aceptar colaborar en lo referente a su situación, según lo requiera el CRAI de LA UNIVERSIDAD.



EMERSON CESAR URIBE ORTIZ  
e-mail: emerson\_uribe@hotmail.com

LA UNIVERSIDAD

<sup>1</sup> El presente documento tiene su apoyo legal en el Decreto Legislativo N° 822, Ley sobre el Derecho de Autor, actualmente vigente en el Perú, publicado el 24 de abril de 1996, y sus normas modificatorias. Los artículos señalados de la forma "Leer el artículo", sirven únicamente como guía para el lector. Se recomienda leer todo el Decreto Legislativo

#### ANEXO 07 DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA DE LA TESIS

Yo GUIDO ANGELO HUAPAYA FLORES, identificado con DNI N° 10761406, docente en la Unidad de Posgrado de Salud Pública de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión;

##### DECLARO:

Que la tesis titulada: **"CARACTERÍSTICAS SOCIODEMÁGRAFICAS ASOCIADAS CON EL ESTRÉS ACADÉMICO, DEPRESIÓN Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD ADVENTISTA DE COLOMBIA, MEDELLÍN, 2015"**, constituye la memoria que presenta el Bachiller **EMERSON CESAR URIBE ORTIZ** para obtener el grado académico de Magister en Salud Pública con mención en Gestión de los Servicios de Salud, cuya tesis ha sido desarrollada en la Universidad Peruana Unión con mi asesoría.

Asimismo dejo constancia de que las opiniones y declaraciones registradas en la tesis son de entera responsabilidad del autor. No comprometen a la Universidad Peruana Unión.

Para los fines pertinentes, firmo esta declaración jurada, en la ciudad de Ñaña (Lima), a los doce días del mes de noviembre de 2015.



---

Mg. Guido Angelo Huapaya Flores  
Asesor

\*\*Actualizado al 17-Feb-2017

## AGRADECIMIENTOS

A Dios, por permitirme alabarle y trabajar para él; por darme sabiduría, tiempo y fortaleza, para llevar a cabo esta investigación; por amarme tanto.

A mis padres, Ruth y Alejandro, a quienes amo y por quienes fue posible todo.

A mis hermanos: Hannuand, Xiomara y Wilson, por su ayuda incondicional, siempre dispuestos a colaborar para hacerme bilingüe, entre otras cosas.

A mi amada esposa, Martha y a mis dos pequeñas Wendy y Zharick, a quienes las llevo en mi corazón por donde quiera que voy, a quienes les debo todo este esfuerzo.

A los directivos de la Universidad Peruana Unión, por facilitar todo para la consecución de este logro.

Al doctor Daniel Richard Pérez, por su gestión, siempre un saludo, una sonrisa, un consejo, siempre un amigo.

Al magíster Angelo Huapaya Flores, por su asesoría y amistad.

Al doctor Luis Eduardo Córdova, por el trabajo estadístico.

Al magíster Percy Ruiz, por su ayuda en el tema de investigación y darme herramientas iniciales valiosas para llevarlo a cabo.

A la Universidad Adventista de Colombia, por facilitar la investigación.

A los jóvenes, Sebastián Tascón y Danny Rojas, en Colombia, por su colaboración.

A mis compañeros con quienes compartí en las aulas y fuera de ellas, especialmente a Edda en el proceso de tesis.

A todos mis amigos, por la amistad y el ánimo compartidos durante muchos años maravillosos.

## TABLA DE CONTENIDO

<b>AGRADECIMIENTOS .....</b>	<b>vi</b>
<b>TABLA DE CONTENIDO .....</b>	<b>VII</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS .....</b>	<b>X</b>
<b>RESUMEN.....</b>	<b>XI</b>
<b>CAPÍTULO I .....</b>	<b>1</b>
<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....</b>	<b>1</b>
<b>DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN PROBLEMÁTICA .....</b>	<b>1</b>
<b>ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>5</b>
<b>FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....</b>	<b>12</b>
Problema general .....	12
Problemas específicos .....	12
<b>OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>13</b>
Objetivo general.....	13
Objetivos específicos .....	13
<b>HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>14</b>
Hipótesis general.....	14
Hipótesis específicas .....	14
<b>JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>15</b>
Relevancia teórica .....	15
Aporte metodológico .....	15
Relevancia práctica .....	16
Relevancia social .....	16
Relevancia Institucional.....	17
<b>VIABILIDAD .....</b>	<b>17</b>
<b>DELIMITACIONES.....</b>	<b>18</b>
<b>LIMITACIONES .....</b>	<b>19</b>
<b>CAPÍTULO II.....</b>	<b>20</b>
<b>MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>20</b>
<b>MARCO BÍBLICO FILOSÓFICO.....</b>	<b>20</b>
<b>FUNDAMENTO TEÓRICO DE LAS VARIABLES .....</b>	<b>23</b>
Las características sociodemográficas .....	23
<b>EL ESTRÉS .....</b>	<b>24</b>

Origen etimológico del término estrés .....	25
Desarrollo del concepto .....	25
Tipos de estrés.....	30
<b>LA ANSIEDAD.....</b>	<b>31</b>
Origen etimológico del término .....	32
Desarrollo del concepto .....	33
Otros conceptos.....	34
<b>LA ANSIEDAD Y EL ESTRÉS ACADÉMICO .....</b>	<b>35</b>
Respuestas fisiológicas .....	35
Respuestas sociales .....	35
Respuestas cognitivas .....	36
<b>LA DEPRESIÓN .....</b>	<b>36</b>
Origen del término .....	36
Definiciones y conceptos .....	37
La depresión como un problema mundial de salud pública.....	38
Depresión y el estrés académico .....	38
<b>CAPÍTULO III.....</b>	<b>40</b>
<b>MÉTODOLOGÍA .....</b>	<b>40</b>
<b>TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>40</b>
Tipo de investigación.....	40
Diseño de la investigación .....	40
<b>POBLACIÓN Y MUESTRA .....</b>	<b>40</b>
Población .....	40
Muestra .....	41
<b>SELECCIÓN DE LOS ELEMENTOS DE LA MUESTRA .....</b>	<b>41</b>
<b>CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN .....</b>	<b>42</b>
<b>CONSIDERACIONES ÉTICAS.....</b>	<b>42</b>
<b>DEFINICIÓN Y OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....</b>	<b>43</b>
<b>INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....</b>	<b>48</b>
Elaboración del instrumento .....	48
Validación del instrumento .....	48
<b>PROCEDIMIENTO PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS .....</b>	<b>52</b>



PLAN DE TABULACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS DATOS .....	52
<b>CAPÍTULO IV .....</b>	<b>53</b>
<b>RESULTADOS.....</b>	<b>53</b>
<b>RESULTADOS DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS .....</b>	<b>53</b>
<b>DESCRIPCIÓN DE LA VARIABLE ESTRÉS ACADÉMICO .....</b>	<b>56</b>
<b>DESCRIPCIÓN DE LA VARIABLE DEPRESIÓN .....</b>	<b>60</b>
<b>CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS .....</b>	<b>63</b>
Hipótesis General.....	63
Hipótesis específica 1 .....	66
Hipótesis específica 2 .....	68
Hipótesis específica 3 .....	71
Hipótesis específica 4 .....	74
<b>DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....</b>	<b>75</b>
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....</b>	<b>82</b>
CONCLUSIONES .....	82
RECOMENDACIONES .....	85
<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>87</b>
<b>APÉNDICE A: INSTRUMENTO(S) DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....</b>	<b>91</b>
<b>APÉNDICE B: MATRIZ INSTRUMENTAL .....</b>	<b>95</b>
<b>APÉNDICE C: MATRIZ DE CONSISTENCIA.....</b>	<b>97</b>
<b>APÉNDICE D: HOJAS DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO.....</b>	<b>100</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de variables.....	43
Tabla 2. Confiabilidad del instrumento: estrés académico, ansiedad y depresión. ....	49
Tabla 3. Categorización por edad de los encuestados .....	53
Tabla 4. Género de los encuestados .....	53
Tabla 5. Estado civil .....	54
Tabla 6. Situación ocupacional.....	54
Tabla 7. Origen demográfico.....	55
Tabla 8. Carrera profesional.....	55
Tabla 9. Residencia universitaria .....	56
Tabla 10. Condición religiosa.....	56
Tabla 11. Niveles de los factores fisiológicos del estrés académico .....	57
Tabla 12. Niveles de los factores cognitivos del estrés académico .....	57
Tabla 13. Niveles de los factores motores del estrés académico.....	58
Tabla 14. Nivel del estrés académico de los estudiantes .....	58
Tabla 15. Niveles de los factores fisiológicos de la ansiedad .....	
Tabla 16. Niveles de los factores cognitivos de la ansiedad .....	59
Tabla 17. Niveles de los factores motores de la ansiedad .....	60
Tabla 18. Nivel de ansiedad de los estudiantes .....	60
Tabla 19. Niveles de los síntomas afectivos de la depresión.....	61
Tabla 20. Niveles de los síntomas psicológicos de la depresión .....	61
Tabla 21. Niveles de los síntomas cognitivos de la depresión .....	62
Tabla 22. Niveles de los síntomas físicos de la depresión.....	62
Tabla 23. Nivel de depresión de los estudiantes.....	63
Tabla 24. Características sociodemográficas en relación con el estrés académico, depresión y ansiedad.....	65
Tabla 25. características sociodemográficas en relación con los factores fisiológicos, cognitivos y motores del estrés académico .....	67
Tabla 26. características sociodemográficas en relación con los factores fisiológicos, cognitivos y motores de la ansiedad. ....	71
Tabla 27. características sociodemográficas en relación con los síntomas afectivos, psicológicos cognitivos y físicos de la depresión. ....	73
Tabla 28. correlación entre el estrés académico, la ansiedad y la depresión.....	75

## RESUMEN

Cada día crece más el número de estudiantes universitarios quienes desean alcanzar sus metas profesionales, en cuyo afán ponen en riesgo su salud. La Universidad Adventista de Colombia recibe cada año más de mil doscientos alumnos provenientes desde las diferentes regiones del país. La salud mental de los estudiantes puede verse afectada mientras procuran avanzar en su programa de estudio. El presente estudio es transversal, correlacional, cuyo objetivo es medir los niveles de estrés académico, ansiedad y depresión. Además, conocer las características socio demográficas relacionadas con estas variables en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia.

Se realizó el estudio en una muestra de 377 estudiantes escogidos de las diferentes facultades, el trabajo estadístico mostró los siguientes resultados: la edad no guarda relación significativa con el estrés académico, la ansiedad y la depresión, mientras el género guarda relación significativa sólo con la ansiedad. Por su parte, el estado civil también guarda relación significativa con la ansiedad. A su vez, la situación ocupacional guarda relación significativa con la ansiedad y la depresión. Por otra parte, el origen demográfico guarda relación significativa con el estrés académico. La carrera profesional guarda relación significativa con el estrés académico y con la depresión. Por su parte, la residencia universitaria guarda relación significativa con la depresión y la condición religiosa guarda relación significativa con el estrés académico.

Finalmente, existe relación significativa entre el estrés académico, la ansiedad y la depresión en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia.

Palabras claves: estrés, ansiedad, depresión, sociodemográfica, relación.

## ABSTRACT

Every day grows the number of university students who want to achieve their career goals but in the eagerness endangering their health. The Adventist University of Colombia receives each year more than 1300 students coming from different regions of the country. The health of these is to test and need to know that both are affected in their overall health as they seek to advance their program of study.

This research work cross-sectional, correlational, was to measure the levels of the variables academic stress, anxiety and depression and to describe the sociodemographic characteristics related to these variables in the Adventist university students from Colombia.

With a sample of 377 students selected from different faculties of the statistical work study results showed: that Age does not save significant relationship with academic stress, anxiety and depression. While gender only saves significant relationship with anxiety. The Civil Status saves significant relationship with anxiety. Occupational Situation saves significant relationship with anxiety and depression. Origin population saves significant relationship with academic stress. Career saves significant relationship with academic stress with depression. The Dormitory saves significant relationship with depression and Religious Condition saves significant relationship with academic stress.

Finally, there is significant relationship between academic stress, anxiety and depression in students of the Adventist University in Colombia.

Keys Words: Stress, Anxiety, Depression, Sociodemographic, Relationship.

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### **Descripción de la situación problemática**

La OMS manifiesta en su constitución que la salud es “un estado de completo bienestar físico, mental y social”; por lo tanto, esta declaración propone la necesidad de privilegiar la salud mental de los seres humanos (Organización Mundial de la Salud, 2001).

Los trastornos mentales y conductuales se consideran afecciones de importancia clínica, caracterizadas por alteraciones de los procesos de pensamiento, de la afectividad (emociones) o del comportamiento asociadas con la angustia personal, alteraciones del funcionamiento o con ambos y, entre ellos, se encuentran: estrés psicológico, ansiedad y depresión(Íbid).

En un pasado informe mundial, la OMS declaró que aproximadamente 450 millones de personas padecen un trastorno mental o del comportamiento, pero sólo una pequeña minoría recibe el tratamiento más elemental. El informe revelaba que entre las 10 primeras causas de discapacidad en el mundo, cuatro corresponden ya a trastornos mentales (Organización Mundial de la Salud, 2001).

Se calcula que, a nivel mundial, uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés; en las ciudades se estima que el 50 por ciento de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo. Las cifras en

Estados Unidos muestran que el 70 por ciento de consultas médicas son por problemas de estrés; la cuarta parte de medicamentos que se distribuyen es para enfermedades del sistema nervioso central (Caldera, Pulido y Martínez, 2007)

Según datos de la OMS, la prevalencia de la depresión alcanza el 8 % en las personas jóvenes y cerca de 100.000 personas por año padecen depresión en algún momento de su vida; adicionalmente, el 80 % de los pacientes con enfermedades crónicas sufre depresión en algún momento de su vida (Citado por Guti et al., 2010).

En estudios internacionales, Fisher y Hood (1987, citado en Polo, et al., 1996) sostienen que existen estudiantes universitarios que experimentan un incremento significativo en niveles de depresión, síntomas obsesivos y pérdida de concentración tras seis semanas de permanencia en la universidad.

Los estudios de Minn Chai (2009) en estudiantes internacionales muestran que éstos experimentan una serie de dificultades comunes a los inmigrantes: el acceso insuficiente a las nuevas costumbres propias del lugar a donde llegan y la soledad. Sus experiencias de aculturación podrían causarles gran cantidad de estrés sobre todo a quienes están en la transición desde muy diferentes orígenes.

Por otro lado, Thawabieh y Qaisy (2012) expresan que los estudiantes universitarios experimentan un nivel de estrés social, académico y físico moderado.

Algunos investigadores también sostienen que los estudiantes universitarios son sometidos a una sobrecarga emocional intelectual y psicológica extrema, fatiga mental, las crisis de los valores morales, la mala adaptación a las nuevas condiciones de estudio, la necesidad de moverse de casa, numerosas pruebas y exámenes, miedo por su futuro laboral, miedo al futuro, alimentación frecuente general y trastornos del sueño, la ignorancia sobre cómo tratar con situación de

estrés, la falta de tiempo para el descanso, las actividades al aire libre entre otras, que influyen en su salud psicológica (Ivakhnova, 2009).

Por su parte, Fisher (1984, 1986, citado en Polo, et al., 1996) declara que “la entrada en la universidad (con los cambios que esto supone) representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés”.

Singh (2011) considera que los estudiantes universitarios pueden verse presionados a realizar actividades tratando de encajar y actuar a la altura de las expectativas de los demás, estableciendo metas para sí mismos que a veces son imposibles de lograr.

Aragón, Contreras y Tron (2011) declaran que el principal reto que los estudiantes universitarios enfrentan es tener éxito en sus estudios y esto dependerá de factores económicos y personales así como de psicológicos o emocionales. El estrés, la ansiedad y la depresión son factores psicológicos y emocionales que minan la salud y la concentración de los estudiantes universitarios produciendo mal rendimiento académico.

Por otra parte, el problema del estrés académico en los jóvenes no está relacionado exclusivamente con la realización de exámenes aun siendo éste un factor preponderante en el desarrollo de estrés, pero más aún va desarrollándose a partir del ingreso mismo a la universidad (Campuzano, 2013).

Además, nuevas investigaciones revelan que la transición desde la escuela secundaria hasta la educación universitaria se caracteriza por el cambio, ajuste de rutinas, falta de seguridad y previsibilidad, y una pérdida de la sensación de control que se estableció durante la escuela secundaria. Es una transición compleja y

estresante, cuyos propios estudiantes post-secundarios han sugerido que existe una fuerte interrelación de lo académico, personal, el estilo de vida y los problemas financieros que pueden resultar en un aumento del estrés y una reducción en el rendimiento académico. Así mismo, los estudiantes citan los exámenes y la programación académica, junto con la disponibilidad de servicios de apoyo académico y el diseño de cursos, como los factores que contribuyen a elevar los niveles de estrés y pueden influir negativamente en el bienestar del estudiante (Versaevel, 2015).

En algunos países latinoamericanos, “a pesar de algunas contradicciones, los estudios concuerdan en mostrar una elevada incidencia de estrés en estudiantes universitarios, alcanzando valores superiores al 67% de la población estudiada en la categoría de estrés moderado” (Román, Ortíz y Rodríguez 2008).

En Colombia se han identificado datos epidemiológicos que afirman que la ansiedad y la depresión constituyen un importante problema de salud, ocupando los primeros renglones sobre los motivos de consulta psicológica y psiquiátrica (R. de C. Ministerio de la Protección Social, 2003).

La prevalencia de la depresión en el año 1997, en Colombia, cuando se realizó el Segundo Estudio Nacional de Salud Mental, fue de 19,6 % y de 15 % para Antioquia (Torres y Montoya, 1997). Según datos preliminares del Tercer Estudio Nacional de Salud Mental, la prevalencia de los episodios de depresión mayor es de 8,6 % para hombres y de 14,9 % para mujeres. En este mismo estudio se encontró una prevalencia de distimia de 0,6 % en hombres y de 0,7 % en mujeres (F. F. S. Ministerio de la Protección Social, 2005).



La psicología colombiana aún no ha reportado datos teóricos sobre el tema del estrés académico, porque no se han hecho estudios de este enfoque (Berrío y Mazo, 2011).

La revisión de la literatura sobre el estrés académico en Colombia muestra que lo poco que se realizó tuvo como objetivo presentar alcances de prevalencia del estrés académico, ansiedad y depresión en las poblaciones. Esto demuestra que no hay investigaciones que pretendan crear modelos teóricos o proporcionar explicaciones, a partir del establecimiento de relaciones entre diversas variables en estudiantes universitarios.

Dentro de la población universitaria colombiana, las cifras indican que los principales motivos de consulta en la atención psicológica que ofrecen las oficinas de bienestar universitario lo constituyen la depresión y la ansiedad (Agudelo, D., Casadiegos, C., Sánchez, 2008).

Por lo tanto, siendo que existen factores que ponen en peligro la salud física y mental de los estudiantes universitarios, el abordaje de la investigación entre múltiples variables sociodemográficas con el estrés académico, ansiedad y depresión es necesario, para obtener nuevos conocimientos y una visión más clara y amplia sobre este tema.

### **Antecedentes de la Investigación**

Martín (2007) realizó un trabajo en España, titulado *Estrés académico en estudiantes universitarios*, realizado en 40 estudiantes de 4º curso de las licenciaturas de Psicología, Ciencias Económicas, Filología Inglesa y Filología Hispánica de la universidad de Sevilla. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Apreciación del Estrés (EAE-G) elaborada por Fernández Seara en 1992, el

Cuestionario de Indicadores de Salud y la Escala de Auto-concepto Académico adaptadas del trabajo de Muñoz, F.J. en 1999. Se evaluó a lo largo de dos momentos temporales que diferían en la proximidad a la fecha de los exámenes: período sin exámenes (marzo) y período con exámenes (junio). La muestra fue intencional debido a que se encuestaron los mismos estudiantes en diferentes momentos. En general, los resultados mostraron un aumento en el nivel de estrés de los universitarios durante el período de exámenes. Se observaron diferencias significativas en el nivel de estrés alcanzado por los estudiantes de Psicología respecto al de Filología Hispánica durante los dos períodos analizados. Asimismo, se hallaron efectos sobre la salud (ansiedad, consumo de tabaco, cafeína o fármacos, alteraciones en el sueño y en la ingesta de alimentos...) y sobre el auto-concepto académico de los estudiantes (peor nivel de auto-concepto académico) durante el período de presencia del estresor.

Brandy (2011) realizó una investigación en Estados Unidos, de corte transversal, descriptivo, correlacional, titulado *Depression in Freshmen College Students*, sobre valoración, afrontamiento y conceptualización del estrés. El estudio se realizó con estudiantes de primer año de universidad quienes venían de colegios privados del medio oeste pertenecientes a dos distintas filiaciones religiosas. Se usaron los siguientes instrumentos para medir las siguientes variables: Estrés (Inventory of College Students' Recent Life Experiences), afrontamiento (Ways of Coping Questionnaire), sintomatología depresiva (Center for Epidemiological Studies of Depression Scale), conductas de riesgo (Adapted Youth Risk Behavior Survey), espiritualidad (Daily Spiritual Experiences Scale) y apoyo social (Multidimensional Scale of Perceived Social Support). La muestra estadística estuvo conformada por 188 estudiantes de primer año, quienes sabían leer y

escribir en inglés, tanto hombres como mujeres, y entre las edades de 18 a 20 años. Los participantes del estudio fueron hombres (42,6%) y mujeres (57,4%) principalmente de 18 años, raza blanca, católicos viviendo en su universidad. Los participantes fueron divididos en partes iguales entre la Universidad A (50,5%) y la Universidad B (49,5%). Un total de 84 estudiantes (44,7%) manifestaron mayores niveles de estrés que el promedio de los niveles de estrés medido por el instrumento utilizado. Un total de 90 individuos (47,87%) obtuvo mayor que o igual a 16 en la escala de depresión por lo que se consideró que la demostración de la sintomatología depresiva fue significativa. Se encontró que existía una relación fuerte entre el estrés y los síntomas depresivos, también se evidenciaron relaciones significativas entre el apoyo social percibido y el estrés y los síntomas depresivos. No hubo relaciones estadísticamente significativas entre la espiritualidad y el estrés o la depresión.

Pulido Rull et al., (2011) en México, titularon su trabajo *Estrés académico en estudiantes universitarios*. Utilizaron el cuestionario SEEU elaborado ad hoc y en una muestra de 504 estudiantes de todas las licenciaturas, encontraron que los estudiantes de Sistemas, Traducción, Diseño Gráfico y Arquitectura manifestaron los niveles más elevados de estrés. Los niveles fueron igualmente altos en los estudiantes de los primeros y últimos semestres, en las mujeres y entre quienes no vivían con su familia de origen. Adicionalmente, observaron que un porcentaje alto de los estudiantes sufrió ansiedad intensa (73.4%), de los cuales un 45.8% ocurrió al menos una vez al mes. De los participantes, el 51.5% consumió diferentes tipos de drogas o alcohol para paliar los efectos del estrés académico. El 85.1% percibió a los docentes como muy exigentes y solo un 15.0% pensó en darse de baja por motivo de la demanda académica.

Aragón, Contreras y Tron (2011) realizaron una investigación también en México, titulada *Determinación de la validez predictiva y de constructo de la Escala de Pensamiento Constructivo para Estudiantes Universitarios*, con el objetivo de analizar la relación que existe entre ansiedad, pensamiento constructivo (PC) y pensamiento no constructivo (PNC) en una muestra de 149 estudiantes universitarios. Se utilizaron dos instrumentos: el Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad (ISRA) de Tobal y Cano (1997) y el Cuestionario de Pensamiento Constructivo para Estudiantes Universitarios (CPCE) de Contreras, Chávez y Velázquez (2006). Los resultados mostraron que 14% de estudiantes presentó ansiedad en alto grado, encontrándose una diferencia significativa a favor de las mujeres en ansiedad fisiológica. En cuanto a PC, encontraron una diferencia significativa en afrontamiento conductual también a favor de las mujeres. Al correlacionar ansiedad y PC, como se esperaba, todas las escalas y sub-escalas de PC correlacionaron negativa y significativamente con las cuatro modalidades de ansiedad, es decir, cuanto mejor es el pensamiento constructivo, tanto menores índices de ansiedad se presentan. Sin embargo, en PNC sólo fueron significativas las correlaciones entre pensamiento rígido con ansiedad cognitiva, motora y con el total de ansiedad.

Farkas (2003) en su trabajo en Santiago de Chile, titulado *Utilización de Estrategias Mágicas para el Manejo de Situaciones Estresantes en Estudiantes Universitarios*” y usando la escala de Control Externo-Interno Rotter (1990) en una muestra de 160 estudiantes universitarios de 17 a 27 años, con altos niveles de estrés percibidos de las carreras de Música y Arquitectura; se encontró una correlación significativa entre el rendimiento académico y el uso de estrategias mágicas como una forma de enfrentar situaciones académicas. Se concluyó que

mientras más bajo es el rendimiento académico en situaciones de estrés académico se recurre con mayor frecuencia al empleo de este tipo de estrategias.

Celis et al., (2001) realizaron en Perú, un trabajo titulado *Ansiedad y Estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año*. Se usó el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo y el Inventario de Estrés Académico. En este estudio, se encuestaron 98 estudiantes, 53 del primero y 45 del sexto año de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, en junio y julio del 2000. Se encontró mayores niveles de ansiedad en alumnos de primer año que en alumnos de sexto año. Las principales situaciones generadoras de estrés fueron la sobrecarga académica, la falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas y la realización de un examen.

Bedoya, Perea y Ormeño (2006) en otro trabajo también en Perú, titulado *Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología*, empleando un cuestionario desarrollado en forma colectiva dentro del aula y donde la distribución de la muestra fue: 73,7% mujeres y 26,3% varones, con edad promedio  $20,47 \pm 1,29$  años y el cual aplicaron a 118 alumnos del tercer y cuarto año de la Facultad de Estomatología de la Universidad Peruana Cayetano Heredia; revelaron que el 96,6% de alumnos reconocieron la presencia de estrés académico y alumnos de tercer año presentaron los niveles más altos. Las mujeres presentaron niveles más bajos en relación con varones. Los factores estresores mayores fueron tiempo para cumplir con las actividades, sobrecarga de tareas, trabajos de cursos y responsabilidad por cumplir obligaciones académicas. Las manifestaciones físicas, psicológicas y comportamentales se presentaron intensamente en los varones; las psicológicas tuvieron mayor presencia e intensidad en ambos sexos. Se encontró

que el nivel de estrés académico se relacionó positivamente con todas las situaciones generadoras y manifestaciones físicas y psicológicas, se relacionó negativamente con algunos comportamientos indagados.

Por otra parte, en Venezuela, con trescientos veintiún estudiantes de carreras técnicas se tituló un trabajo *Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos*, se utilizó el Cuestionario sobre Estrés Académico De Pablo, J., Subirá, S., Martín, M., de Flores, T. y Valdés, M. (1990) y el Cuestionario de Apoyo Social de Dunn, S., Putallaz, M., Sheppard, B y Lindstrom, R. (1987) y el Cuestionario de Salud General de Goldberg, D.P. (1972) en su versión española por Lobo, Pérez-Echeverría y Artal (1986). Se encontró que las condiciones favorables de salud mental están asociadas con un mayor apoyo social y un menor estrés académico. Hombres y mujeres presentaron mejor rendimiento cuando el estrés académico percibido fue mayor y el apoyo social de las personas cercanas fue moderado (Feldman et al., 2008).

Mazo, Londoño y Gutiérrez (2009) realizaron otro trabajo en Colombia, titulado: *Diseño y validación del inventario de estrés académico en estudiantes de pregrado de la Universidad Pontificia Bolivariana de Medellín*. Luego de diseñar el Inventario de Estrés Académico, lo aplicaron durante el 2009, a una muestra representativa de 604 sujetos de las diferentes Escuelas de la Universidad. Se reveló que los estudiantes de noveno semestre presentaron los puntajes más elevados de estrés académico de la muestra y los alumnos con mayores niveles de estrés académico pertenecían a carreras de las ciencias de la salud y educación.

Berrío y Mazo (2011) también en Colombia realizaron un trabajo titulado *Caracterización psicométrica del inventario de estrés académico en estudiantes de*

*pregrado de la Universidad de Antioquia*. La muestra fue de 642 estudiantes de todas las unidades académicas de la Universidad de Antioquia. Se relacionó el Inventario de Estrés Académico con las variables Género, Unidad Académica y Nivel de Estudios de los participantes. No se halló diferencias significativas en estrés académico según el Género. Se encontró que las Unidades Académicas con mayores niveles de estrés académico fueron Ciencias Exactas, Enfermería e Ingeniería y las de menor puntaje fueron Bibliotecología y Educación Física. En cuanto a nivel de estudios se observó mayor estrés en el noveno semestre.

Agudelo et al. (2008) realizaron una investigación en Colombia titulada: *Características de Ansiedad y Depresión en Estudiantes Universitarios*. Aplicaron los cuestionarios del Inventario de Depresión de Beck (BDI), Cuestionario de Depresión de Estado-Rasgo (ST/DEP) y Cuestionario de Ansiedad Estado/Rasgo (STAI). El total de los participantes fue de 259 estudiantes, 227 mujeres (87.6%) y 32 hombres (12.4%) de primero a séptimo semestre de la Facultad de Psicología de la Universidad Pontificia Bolivariana seccional Bucaramanga. Aunque los resultados no evidencian la gravedad de los síntomas ansiosos y depresivos en los participantes, sí indican la presencia de estos dos cuadros, siendo las mujeres más vulnerables que los hombres frente a su presentación.

Guti et al., (2010) en su trabajo en Colombia, *Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico*, estudiaron variables: el género, la edad, el programa académico, el nivel de formación y los problemas académicos usando la escala Dusi y la escala de Zung para depresión. Con una muestra probabilística de 234 estudiantes de Medicina de la Universidad de Manizales (Caldas) de I a X semestre matriculados en el segundo periodo académico del 2009. El estudio se realizó en 1334 estudiantes y se identificó y

analizó la prevalencia de estrés, depresión, ansiedad, su correlación y factores asociados. Los resultados fueron los siguientes: en los participantes, 39.1% hombres y 60.9% mujeres, provenientes en mayor porcentaje del departamento de Caldas, se evidenció un 34% de síndrome de Burnoul, agotamiento alto 42.3%, eficacia alta 39% y cinismo bajo 35.7%. Se encontró un 60.5% de ansiedad, 30.5% de depresión, 11.8% de riesgo suicida y un promedio de 40% de acoso laboral. Los tres componentes del síndrome mostraron relación significativa con estrés de examen, ansiedad, depresión y acoso laboral. No se encontró relación con Género, estado civil y consumo de alcohol.

### **Formulación del problema**

#### **Problema general**

¿En qué medida las características sociodemográficas se relacionan con el estrés académico, depresión y ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015?

#### **Problemas específicos**

1. ¿Cuál es el nivel de estrés académico en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015?
2. ¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015?
3. ¿Cuál es el nivel de depresión en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015?
4. ¿Cómo se relacionan las características sociodemográficas con el nivel de



estrés académico en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015?

5. ¿Cómo se relacionan las características sociodemográficas con el nivel de ansiedad en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015?
6. ¿Cómo se relacionan las características sociodemográficas con el nivel de depresión en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015?
7. ¿Cuál es la relación del estrés, ansiedad y depresión en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015?

### **Objetivos de la investigación**

#### **Objetivo general**

Determinar en qué medida las características sociodemográficas se relacionan con el estrés académico, depresión y ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

#### **Objetivos específicos**

1. Describir el nivel de estrés académico en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.
2. Describir el nivel de ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.
3. Describir el nivel de depresión en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

4. Determinar la relación de las características sociodemográficas con el nivel de estrés académico en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.
5. Determinar la relación de las características sociodemográficas con el nivel de ansiedad en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.
6. Determinar la relación de las características sociodemográficas con el nivel de depresión en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.
7. Determinar la relación del estrés, ansiedad y depresión en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015

### **Hipótesis de la investigación**

#### **Hipótesis general**

Hi: Las características sociodemográficas están relacionadas significativamente con el estrés académico, depresión y ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

#### **Hipótesis específicas**

1. Las características sociodemográficas están relacionadas significativamente al nivel de estrés académico en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.
2. Las características sociodemográficas están relacionadas significativamente al nivel de ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de

Colombia, Medellín, 2015.

3. Las características sociodemográficas están relacionadas significativamente al nivel de depresión en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.
4. Existe relación significativa entre estrés, ansiedad y depresión en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015

## **Justificación**

### **Relevancia teórica**

Aunque se han realizado estudios similares, no iguales, en otros países, existe la convicción de que esta propuesta es un nuevo modelo para futuras investigaciones, a fin de que el conocimiento sobre estas temáticas se incremente y se comprenda la problemática.

En Colombia se han realizado estudios descriptivos sobre el estrés académico, la depresión y ansiedad. No existen estudios que correlacionen estas variables y las características sociodemográficas en la misma forma de esta investigación. Este trabajo es una nueva propuesta para aportar a la construcción de conocimientos y análisis de estas variables en la población universitaria de Colombia.

### **Aporte metodológico**

La presente investigación se constituye en una buena base y punto de partida para dar origen a otro tipo de investigaciones sobre los temas presentados. No sólo para la Universidad Adventista de Colombia, también para otras universidades con características similares e incluso no tan parecidas a ella. Es

relevante en Colombia, pues es el primer trabajo en relacionar las variables estrés académico ansiedad y depresión con unas características sociodemográficas en particular. Aporta a la iglesia adventista del séptimo día, ya que el modelo de investigación puede ser usado a nivel eclesiástico y organizacional. Por ejemplo, en cabeza de los departamentos de salud y temperancia de la misma.

#### Relevancia práctica

Conocer los niveles de estrés académico, ansiedad y depresión de los estudiantes en relación con sus características sociodemográficas permitirá que la institución y sus directivos, el departamento de bienestar estudiantil, los diferentes capellanes, docentes involucrados en el quehacer universitario, preceptores de hogares, tanto de jóvenes y señoritas y las agrupaciones juveniles que hacen parte del trabajo de apoyo estudiantil; estructuren programas y políticas de trabajo para los estudiantes teniendo en cuenta los resultados de la investigación.

#### Relevancia social

Cada año buen número de alumnos de diferentes características sociodemográficas se matriculan y llegan a la Universidad Adventista de Colombia. La fusión de dialectos, culturas, costumbres y razas, entre otras características, la hacen una universidad socialmente muy diferente de las demás. Por lo tanto, debe propiciar un ambiente saludable para todos sus alumnos. No hacerlo traerá consecuencias hacia el exterior de la comunidad educativa. Involucrando familias a la distancia y propia comunidad alrededor.

## **Relevancia Institucional**

Por otra parte, la Universidad Adventista de Colombia está ubicada en uno de los sectores privilegiados de la ciudad de Medellín. Es reconocida favorable y ampliamente en la ciudad por su filosofía, sus creencias e impacto positivo en la juventud de la ciudad. Conocer la salud de sus alumnos es muy importante para la alta imagen y perfil que maneja la institución. Además, cientos de familias envían a sus hijos desde diferentes partes del país a los internados de damas y caballeros de la institución esperando que sus hijos y familiares gocen entre otras cosas de salud durante el desarrollo de sus estudios. Conocer la relación entre las características sociodemográficas y los niveles de estrés académico, depresión y ansiedad en los estudiantes contribuirá a fortalecer la imagen de la institución y de la iglesia adventista del séptimo día delante de la comunidad educativa, de la ciudad y de las familias de los estudiantes, a fin que los administradores de la Iglesia Adventistas generen estrategias protectoras para la prevención de aquellos flagelos psicoemocionales de sus jóvenes.

## **Viabilidad**

Para la realización de esta investigación se tuvo desde su inicio la autorización de la Junta Administrativa de la Universidad Adventista de Colombia. Se conformó un buen equipo humano en el proceso de recolección de datos y de aplicación del instrumento. Estos son capacitados de la mejor manera y se aportan los recursos necesarios para los materiales y todo lo que sea necesario para llevar a cabo el proceso del trabajo de investigación.

## **Delimitaciones**

Este estudio no tendrá en cuenta a estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia matriculados en posgrado, porque ellos realizan sus estudios presenciales en las vacaciones finales de cada año que corresponden a los meses de noviembre y diciembre, por lo tanto, este tiempo no corresponde al período cuando se ejecutará la investigación.

Tampoco consideró a los estudiantes matriculados en carreras semipresenciales o virtuales. La recolección de datos fue compleja, además ellos no asisten físicamente a clases sino hasta después que los alumnos presenciales de primer y segundo semestre salgan a su período vacacional de mitad y final de año; correspondiendo esto a tiempo fuera del cronograma de la investigación.

No se tendrá en cuenta a alumnos que estén diagnosticados medicamente con estrés académico, ansiedad o depresión y estén recibiendo tratamiento. Entre los objetivos de la investigación está descubrir cuáles son los niveles de estas variables, por lo que éstos no serán tenidos en cuenta, pues ya están en un proceso de tratamiento.

Se delimitó la investigación a correlacionar las variables propuestas con las características sociodemográficas y no hacer otro tipo de correlaciones. Esto para responder exclusivamente a las preguntas de investigación.

El estudio no pretende dar soluciones a los problemas presentes, sino conocer o identificar algunos de los factores desencadenantes de las variables en estudio para que la institución tome decisiones y aporte estrategias de solución en caso de ser necesarias.

## **Limitaciones**

Este trabajo tiene algunas limitaciones en las variables sociodemográficas que se correlacionarán con las variables propuestas. Existen otras características de este tipo en un estudiante universitario, pero para este trabajo se limitó a incluir aquellas generales básicas y algunas que se consideran son muy características del perfil de un estudiante de la Universidad Adventista de Colombia; por ejemplo, ser habitante interno o externo de la institución, ser adventista o no. Existen otras variables que fueron incluidas en estudios anteriores internacionales, pero se excluyen por estar fuera del contexto.

Aunque existen trabajos explicativos con un análisis estadístico profundo, este estudio se limita a establecer descripciones y correlaciones entre sus variables. Esto por la complejidad y cantidad de variables involucradas. Por otro lado, por ser una investigación con autofinanciamiento, a corto plazo observacional y de tipo transversal.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### **Marco bíblico filosófico**

Desde la entrada del pecado a nuestro mundo, la paz y el gozo, propios de la creación, se dañaron (Rom. 5:22). El ser humano se vio enfrentado inmediatamente a situaciones completamente desconocidas para él. Tuvo que enfrentarse entre otras cosas a la angustia y la culpa que les provocó haber tomado y comido el fruto prohibido y la vergüenza de sentirse desnudos delante de Dios (Gén. 3:8-11). El dolor de haber perdido la comunicación directa con su Padre Celestial, la pena de tener que salir derrotados del Jardín del Edén (Gén. 3:22-24), la tragedia de enfrentarse a la muerte como consecuencia del pecado y a un mundo completamente trastornado por la maldad (Rom. 5:12).

Todo este estado de cosas dejó sentadas las bases para entender que el ser humano ya no sería quien fuera en su estado de inocencia y pureza. Apareció la enfermedad, el dolor y la muerte. A partir de entonces, muchos males y aflicciones comenzaron a sucederse trayendo consigo una estela de lágrimas y sufrimiento. Sin embargo, las Sagradas Escrituras nos cuentan que Dios se mostró bondadoso y misericordioso para con sus hijos. Para con su creación. Y entonces les mandó un Salvador (Rom.6:23). Este Salvador es Dios hecho Hombre y es la esperanza de sanidad para las naciones. Vivió en medio de nosotros y su propósito era salvar lo que se había perdido. Sanar lo que estaba enfermo y curar lo que estaba malherido



(Luc. 19:10). Las Sagradas Escrituras en Mateo 11:28 dicen: “Venid a mí todos los que estéis trabajados y cargados que yo os haré descansar”.

Estas palabras de consuelo fueron dirigidas por Cristo a la multitud. Quizás en la Biblia son las palabras más significativas que El Salvador expresó sobre la gran verdad que él quería enseñar a sus discípulos, a quienes estaban oyendo en ese momento y a los que llegarían al conocimiento de Dios a través de las edades venideras. Sus palabras estaban cargadas de gozo, de esperanza y la seguridad que sólo por medio de Él tendrían los seres humanos libertad real y salida total de sus cargas agobiantes en un mundo lleno de dolor y enfermedad. Esto incluía las enfermedades mentales y todo tipo de discapacidades y dolores. Jesús no fue exclusivo, pues todos los que estuviesen en la condición descrita por él podrían acercarse con fe.

La Santa Biblia en Mateo 11:29 también declara: “Tomad sobre vosotros mi yugo, aprended de mí que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis descanso para vuestra alma”.

Estas palabras en una época cuando los rituales religiosos eran desprovistos de vitalidad espiritual, cuyas demandas de los escribas, rabinos y de grupos tan conocidos como los fariseos estaban cargadas de formalidades vacías e inexpressivas para la vida del creyente, daba a sus seguidores la esperanza que todo ese conjunto de penitencias y ceremonias pesadas de aquellos tiempos podrían ser dejadas a un lado y toda esa carga de dolor por el pecado, de culpa, de ansiedad, de agotamiento y depresión a causa de la maldad propia del ser humano podría ser dejada sobre los hombros de Jesús.

En la expresión “llevad mi yugo”, Cristo enseñaba que el propósito ahora sería llevar una vida de servicio semejante a la de Jesús y no una vida de

complacencia en el mundo. Ahora la visión sería puesta en las cosas de arriba y no simplemente en el bienestar temporal y pasajero que le ofrece este mundo al que decide aceptar a Cristo como su salvador personal. Un mensaje en armonía con Mateo 6:26-34, invita a dejar todo en las manos de Dios. El verdadero descanso del cansado.

Por otra parte, 1 de Pedro 5:7 da luz adicional al hecho que Cristo es la clave para entender que el ser humano puede llegar a tener paz y salud cuando dice: “Lanzando sobre él toda vuestra ansiedad porque él tiene cuidado de vosotros”. El apóstol Pedro quien estuvo con Jesús cuando pronunciaba esas palabras, nos llama la atención al hecho que Cristo considera de una manera muy especial la ansiedad del ser humano y nos aconseja que no luchemos solos; Cristo está dispuesto a cargar todas esas preocupaciones sobre Él. De hecho, en realidad, ya las cargó. Fue la razón por la cual vino, vivió y sufrió por nosotros. Para llevar por nosotros la carga y la preocupación que supone vivir en esta tierra después de la aparición del pecado.

Por lo tanto, es necesario comprender el origen de cualquier tipo de enfermedad en nuestro mundo como el resultado del pecado de nuestros primeros padres y en el contexto de la lucha cósmica y milenaria entre las fuerzas del bien y del mal. Y es en este contexto y a pesar de lo desgastado y enfermo que está nuestro mundo; que las Sagradas Escrituras mencionan que Dios quiere que seamos prosperados en todas las cosas y que tengamos salud. (3 Juan: 2).

La enfermedad no debe seguir su curso sin anunciar que existe solución en Cristo y los cristianos deben ser los primeros en comprender esto. Es parte de nuestra lucha procurar un mundo más saludable. Teniendo en cuenta esta cosmovisión presente en la filosofía de la iglesia adventista del séptimo día;

comprendemos porque una investigación en la Universidad Adventista de Colombia se hizo necesaria. Existe en las partes implicadas en esta investigación una fuerte cosmovisión cristiana, una fuerte dependencia de la Palabra y una vida de devoción espiritual con Dios, que nos impulsa a realizarla y los resultados pueden ser de gran utilidad al momento de aportar conocimiento a la salud pública en general.

### **Fundamento teórico de las variables**

#### **Las características sociodemográficas**

Es necesario apuntar que se puede incluir entre los diferentes factores implicados en el estrés académico a los moderadores biológicos (edad, sexo...), psicosociales (patrón de conducta, estrategias de afrontamiento, apoyo social...), psico-socioeducativos (auto-concepto académico, tipo de estudios, curso...) y socio-económicos (lugar de residencia, disfrute de becas...). Dichos factores moduladores inciden en todo el proceso del estrés. Pueden aparecer relacionados con las causas y/o con las consecuencias (Labrador, 1995 citado en Martín, 2007).

Por otra parte, a pesar de la importancia del estudio de la ansiedad en relación con por ejemplo, los exámenes, la investigación psicoeducativa todavía no ha aportado información concluyente sobre las variables que condicionan esta relación (Rosário et al., 2008). También existen estudios que analizan la relación entre ansiedad y variables: salud, afecto negativo y positivo, introversión y extraversión, hostilidad, malestar social, miedos, neuroticismo, depresión y otras. (Aragón, Contreras y Tron 2011).

Existen variables individuales que se relacionan con la depresión en los estudiantes universitarios: los antecedentes familiares y personales de depresión,

dificultades académicas, inestabilidad económica, diagnóstico de una enfermedad grave, muerte de un ser querido, separación de los padres, consumo de alcohol, planeación y/o intento de suicidio (Arrivillaga et al., 2003 citados en Agudelo, Casadiegos y Sánchez 2008).

### El estrés

El estrés es un tema de interés y preocupación para diversos científicos de la conducta humana, sus efectos inciden tanto en la salud física y mental como en el rendimiento laboral y académico de la persona. Provoca preocupación y angustia y puede conducir a trastornos personales, desórdenes familiares e incluso sociales (Naranjo 2009)

Para Martín (2007), el significado del término estrés es muy amplio y abordar su estudio requiere entender que el término “se ha convertido en un vocablo habitual de nuestra sociedad actual. Se trata pues de un término complejo, extremadamente vigente e interesante, del cual actualmente no existe consenso en su definición”.

Para algunos estudiosos, el estrés está asociado, por ejemplo, con nerviosismo, tensión, cansancio, agobio, inquietud y otras sensaciones similares. Para otros, se usa para describir las situaciones responsables de esas emociones, como demasiado trabajo, elevada presión en diversas situaciones de la vida: preparar un examen, esperar el turno en el dentista, perder el trabajo, discutir con la esposa o esposo, entre otras (Caldera, Pulido y Martínez, 2007).

## Origen etimológico del término estrés

El término stress es de origen anglosajón y significa: “tensión”, “presión”, “coacción”. Así, por ejemplo, “to be under stress” se puede traducir como “sufrir una tensión nerviosa”. En este sentido, “stress” es casi equivalente a otro término inglés, “strain”, que alude a la idea de “tensión” o “tirantez”. Aunque ambos vocablos tengan semejanzas, presentan algunas diferencias. Se usa “strain” en el campo de la física, empleándose al hablar de la presión o tirantez a que es sometido un cuerpo por una fuerza determinada (por ejemplo, la tensión de una cuerda o de un músculo). Tiene otras acepciones, como hacer “énfasis” o “hincapié”. En el ámbito lingüístico significa “acento” (Caldera, Pulido y Martínez, 2007).

Por su parte, Melgosa (1994) refiere que el término estrés es una adaptación al castellano del término inglés stress. Palabra del inglés medieval que apareció como distress y que a su vez venía del francés destresse que significaba estar “bajo estrechez” u “opresión”. Las dos palabras: estrés y distress son usadas comúnmente en el inglés moderno sólo que la primera más relacionada con el significado original y la segunda siempre con una intención negativa y haciendo referencia a un dolor psíquico, sufrimiento o angustia. En el idioma español, se mantiene el significado inglés, pero casi siempre en términos negativos.

## Desarrollo del concepto

Berrío y Mazo (2011) destacan que el uso del término estrés tal como se conoce en la actualidad se remonta a la década de 1930, cuando Hans Selye, estudiante de segundo año de medicina en la Universidad de Praga, luego de observar personas con diferentes enfermedades observó que éstas tenían síntomas comunes como agotamiento, pérdida del apetito, baja de peso, astenia, entre otros

síntomas. Selye bautizó a este fenómeno (grupo de respuestas del organismo) como el “Síndrome General de Adaptación”.

Posteriormente, en su posdoctorado, Selye experimentó con ratas, comprobando elevación de las hormonas suprarrenales, atrofia del sistema linfático y aparición de úlceras gástricas al someterlas a ejercicios extenuantes. A este conjunto de factores, Selye lo designó inicialmente como “estrés biológico” y después simplemente “estrés”.

Para Selye, muchas de las principales enfermedades son el producto del estrés interno de los órganos que nos componen y sugiere que dichas alteraciones podrían estar predeterminadas genética o constitucionalmente. Fue más allá al afirmar que en los seres humanos, las demandas sociales y las amenazas del entorno del individuo que requieren adaptación, pueden provocar estrés. A este grupo de demandas sociales y amenazas del entorno se les reconoce más adelante como elementos estresores.

Así, desde la publicación del libro de Selye en 1960, el estrés logra definirse: “la suma de todos los efectos inespecíficos de factores (actividades cotidianas, agentes productores de enfermedades, drogas, hábitos de vida inadecuados, cambios abruptos en los entornos laboral y familiar), que pueden actuar sobre la persona” (Martínez y Díaz, 2007, p. 13 citado por Berrío y Mazo 2011).

El concepto de estrés fue evolucionando a través de los años desde de los estudios de Selye. Algunos investigadores señalaron que el ser humano experimenta sucesos vitales extraordinarios que son estresores de corta duración con efectos más agudos que crónicos; por ejemplo, el matrimonio, la separación, el divorcio, la pérdida de trabajo, la pérdida de un amigo, pequeñas violaciones de la

ley, catástrofes naturales (inundaciones, terremotos, etc.) y ciertas situaciones especiales fuertes (guerra, terrorismo etc.). Además, señalan que también experimenta sucesos extremos que pueden ser más traumáticos y llegan a ser estresores de larga duración (una violación, trauma postguerra, etc.). Por lo tanto, la vivencia de estas situaciones implica un cambio vital que afecta la salud y que supone la aparición de enfermedades, no solo desde el aspecto biológico y psicológico sino también el social. Sandín (2003)

Para Singh (2011), el término se ha utilizado para denominar realidades muy distintas. Usado en psicología y biología, se refiere a la falta de capacidad de un organismo - humano o animal - para responder adecuadamente a amenazas emocionales o físicas. El estrés es una sensación muy propia que se crea cuando reaccionamos a eventos particulares. Es la manera como el cuerpo se prepara para enfrentar un reto y cumplir con una situación difícil enfocándose en ella con fuerza, resistencia y gran estado de alerta.

Por su parte, Naranjo (2009) refiere que el estrés es una relación dinámica entre la persona y lo que lo rodea. De la forma como la persona piense y de los sentimientos e imágenes que tenga respecto de una situación, puede crear, aumentar, mantener o disminuir la respuesta al estrés. Por lo tanto, este implica cualquier factor externo o interno que induce a un aumento en el esfuerzo de la persona para mantener un estado de equilibrio dentro de sí misma y en relación con su ambiente.

Para Nedley (2009), el estrés es nuestra respuesta a los problemas y preocupaciones de la vida. A estos problemas o factores se los denomina estresores; entre los cuales existen repentinos y continuos de acuerdo con el grado de aparición o desaparición. El estrés es en sí mismo una reacción a estos estresores

los cuales todos tenemos de uno o de otro tipo durante la vida. Al enfrentarse a ellos, el ser humano pasa por tres etapas básicas: un estado de alarma, un estado de resistencia y un estado de cansancio. El estrés se reflejará de varias maneras en unas respuestas que no tienen que ver con la naturaleza del agente estresor sino con las reacciones ante éstos. Entre ellas encontramos las siguientes: respuestas físicas, mentales y sociales.

### Respuestas fisiológicas

Inicialmente el estrés se desarrolló como concepto novedoso y relevante en el ámbito de la medicina desde los trabajos pioneros de Selye (1936, 1960, 1974). Pudo definirse como un conjunto de respuestas fisiológicas, fundamentalmente hormonales; concretamente en términos de activación del eje hipotálamo-hipófiso-córticosuprarrenal, con elevación de la secreción de corticoides (cortisol, etc.) y del eje simpático-médulo-suprarrenal; como reacción a estímulos inespecíficos (estresores). Si se mantiene esta activación, se produce el síndrome del estrés, el cual se caracteriza por hiperplasia de la corteza suprarrenal, involución del timo y aparición de úlceras de estómago (Sandín, 2003).

Según Singh (2011), los síntomas reales o imaginarios del estrés incluyen un estado de alarma y producción de adrenalina, la resistencia a corto plazo como un mecanismo de defensa, cansancio e irritabilidad, tensión muscular, difícil concentración y otras reacciones fisiológicas: dolor de cabeza y frecuencias cardíacas elevadas.

Por otra parte, un estresor repentino podría desencadenar varios cambios físicos en el cuerpo, entre los cuales podríamos mencionar los siguientes: aumento de presión sanguínea, aumento del ritmo cardíaco, aumento de las contracciones del



corazón, dilatación de pupilas, dilatación de los bronquios, aumento de la fuerza muscular, liberación de glucosa por el hígado, aumento de la actividad mental, aumento de la capacidad metabólica, aumento de flujo de sangre hacia los músculos activos y disminución del flujo de sangre para las áreas no necesarias en una actividad rápida, tales como los riñones y los intestinos (Nedley 2009).

Según McEwen (2000), “el estrés puede ser definido como una amenaza real o supuesta a la integridad fisiológica o psicológica de un individuo que resulta en una respuesta fisiológica y/o conductual. En medicina, el estrés es referido como una situación en la cual los niveles de glucocorticoides y catecolaminas en circulación se elevan”.

#### Respuestas cognitivas

En la medida de que aparecen más investigaciones, empiezan a surgir otras tendencias que definen el estrés de forma interactiva; es decir, se le atribuye al sujeto la acción decisiva cuando él realiza una evaluación cognitiva frente a los estresores. Es decir, el estrés es la consecuencia de los procesos mentales del sujeto cuando está bajo la influencia de los factores estresores internos y externos (Berrío y Mazo, 2011).

#### Respuestas psicológicas

El estrés psicológico se entiende como la falta de capacidad de un individuo para responder adecuadamente a amenazas emocionales o físicas en un determinado contexto (Singh, 2011).

En relación con el efecto del estrés sobre el organismo, durante los últimos tiempos ha surgido la preocupación por estudiar las razones por las cuales personas expuestas a situaciones muy difíciles y con alto riesgo de desarrollar problemas de

salud, tanto física como mental, lejos de enfermarse, se tornan más resistentes. En este sentido, indica que los efectos de los estresores están mediados por factores psicológicos, que pueden actuar como protectores (Campuzano 2013).

### Respuestas sociales

Diversas condiciones sociales pueden actuar como estresores y modificar la salud de los individuos. Uno de los innovadores más significativos en el estudio de los factores sociales del estrés fue Thomas H. Holmes, el cual se basó inicialmente en los trabajos de Harold G. Wolf y Adolf Meyer. Holmes, influido por las ideas de estos dos autores, se interesó no sólo por quién enferma sino también por cuándo (contexto social) uno enferma, lo cual le llevó a desarrollar un nuevo marco para investigar las relaciones entre los fenómenos sociales y la enfermedad. Uno de los principales aportes de este autor fue la construcción de cuestionarios para evaluar el estrés. Su primera idea la plasmó en colaboración con el sociólogo Norman Hawkins, consistió en transformar la historia personal (life chart) en una prueba autoadministrada en forma de cuestionario, dando lugar a la Schedule of Recent Experience (SRE) (Inventario de Experiencia Reciente). Mediante esta primera versión de la SRE, llevada a cabo aproximadamente en 1956, Holmes pretendía reflejar la carga social a que están sometidos los individuos (en particular quienes padecen alguna enfermedad) y que, en último término, afectan negativamente la salud (Sandín, 2003).

### Tipos de estrés

También está otra perspectiva que define el estrés teniendo en cuenta la calidad o naturaleza del mismo. Si el estrés es negativo, se denomina distrés y tiene

que ver con las consecuencias perjudiciales de una excesiva activación psicofisiológica. Si es estrés positivo, se denomina eustrés y se refiere a la adecuada activación necesaria para culminar con éxito una determinada prueba o situación complicada (Caldera, Pulido y Martínez, 2007).

Es evidente que después que el estrés fue definido entre otras cosas como una reacción adaptativa del organismo ante las demandas de su medio por Selye; aparecieron los diferentes tipos de estrés dependiendo del contexto. En un proceso educativo, de trabajo, de la familia etc. Por consiguiente, “el estrés originado en el contexto educativo suele denominarse estrés académico, estrés escolar, estrés de examen, entre otros sinónimos” (Berrío y Mazo, 2011).

Según Orlandini (1996), Hernández y Pozo (1996), a la tensión que experimenta un estudiante cuando se encuentra en un periodo de aprendizaje en un contexto educativo se le denomina estrés académico.

Sin embargo, para Barraza (2008), el estudio del estrés académico es un campo nuevo y en proceso creciente, porque existe un problema estructural en éste, ya que entre los años 1996 – 2006, las investigaciones dejaban ver la coexistencia de tres conceptualizaciones sobre el estrés: las focalizadas en los estresores, las centradas en los síntomas y las definidas a partir del modelo transaccional. Además, la existencia de trabajos que realizan su investigación a partir de un enfoque multidimensional y otros con un enfoque bidimensional; es decir, intentan recuperar tanto los estresores como los síntomas. Unido a esto el hecho de que las investigaciones no conceptualizan de manera explícita el estrés y no cruzan su conceptualización con otros constructos como salud mental o ansiedad.

## **La ansiedad**

## Origen etimológico del término

Etimológicamente hablando, angustia viene del latín *angor*, refiriéndose a una sensación de angostura, estrechez y constricción. Su raíz griega significa “estrangular”. En ambas raíces se refiere a la opresión. En medicina, *angustia* y *ansiedad* aparecen como términos sinónimos, en el idioma alemán, sólo existe un vocablo para agruparlas: *Angst*. En cambio, en francés existen dos conceptos: *angoisse* y *anxiété*. Igual en la lengua inglesa: *anguish* y *anxiety*. En español, también puede referirse a dos experiencias distintas, aunque con gran frecuencia la psiquiatría no hace uso de esas distinciones y emplea una u otra (Rojas, 2009).

En algunos diccionarios de lengua española, la palabra angustia es definida: “aflicción, congoja, mesticia, desconsuelo, tósigo, ahogo, agonía, agobio, amargura, ansia, consternación, tribulación, quebranto, tormento, cuita, sinsabor, pesadumbre, sufrimiento, melancolía, pasión de ánimo, añoranza, zozobra» Por otro lado, la palabra ansiedad es definida como: «ansia, congoja, fatiga, inquietud, anhelo, afán, sed, ardor, agonía». Algunos sinónimos para angustia son: «ansia, aflicción, congoja, desconsuelo, desesperación, tormento, tristeza, pesar, indecisión, incertidumbre...» y para ansiedad son derivados del significado de ansia: «agitación, alarma, perplejidad, preocupación, intranquilidad, congoja, inquietud, desasosiego, temor, sospecha” (Rojas, 2009).

De esta manera, sólo los significados etimológicos de estas dos palabras muestran que la ansiedad tiene relación con un desorden psicológico y mental. De hecho, se considera uno de los desórdenes psicológicos de mayor registro en los centros de salud en población general. Asimismo, dentro de la población universitaria, constituye uno de los principales motivos de consulta atendidos a través de los servicios de Bienestar Universitario. Por esta razón, diversos estudios

se han centrado en la evaluación de la ansiedad en estudiantes universitarios (Agudelo, Casadiegos y Sánchez, 2008).

### Desarrollo del concepto

Barrio (1996 citado en Aragón, Contreras y Tron, 2011) menciona el hecho de que diversos autores no encuentran una base teórica ni fisiológica para distinguir entre el estrés y la ansiedad. Por lo tanto, aclara que el término estrés estaría reservado a los estímulos desencadenantes de la ansiedad (estresores) y la ansiedad a la situación de alteración emocional del sujeto (estrés subjetivo). Es decir, aunque las respuestas cognitivas, fisiológicas y motoras tanto en el estrés como en la ansiedad son similares; en el estrés, son sucesos externos reales (estresores) los que desencadenan las respuestas. En la ansiedad, el peligro o la amenaza pueden ser tanto externos como internos, no reales o imaginarios. Además, destaca que el concepto de ansiedad es central en la psicología, porque se le ha considerado la base explicativa de todas las alteraciones emocionales.

Por otro lado, la ansiedad se define: “la respuesta, o patrón de respuestas, que engloba aspectos cognitivos displacenteros, de tensión y aprensión; aspectos fisiológicos, caracterizados por un alto grado de activación del sistema nervioso autónomo y aspectos motores que suelen implicar comportamientos poco ajustados y escasamente adaptativos” (Tobal y Cano, 1997, citado por Aragón, Contreras, y Tron, 2011, p. 45)

Tobal y Cano (1997, citado en Aragón, Contreras y Tron, 2011) también concuerdan en este significado de ansiedad al declarar lo siguiente:

“Se denomina ansiedad a la respuesta, o patrón de respuestas, que engloba aspectos cognitivos displacenteros, de tensión y aprensión; aspectos fisiológicos,

caracterizados por un alto grado de activación del sistema nervioso autónomo y aspectos motores que suelen implicar comportamientos poco ajustados y escasamente adaptativos”. (p. 9)

Por lo tanto, desde esta definición, los estresores externos e internos son percibidos por el sujeto como peligrosos o amenazantes. La acumulación de responsabilidades que implica la participación y las exposiciones en clase, trabajar en equipo, el esfuerzo invertido en la elaboración de tareas, el tiempo limitado que se posee tanto para la realización de trabajos como para cumplir con las actividades académicas, las evaluaciones y exámenes, además de los posibles problemas o conflictos que se llegan a presentar con los maestros o compañeros y así como la competitividad que se establece entre estos últimos entre otras cosas, son estresores que provocarían grados considerables de ansiedad en los estudiantes universitarios.

#### Otros conceptos

Según Gutiérrez, Becerra y Velázquez (2014), algunos investigadores mencionan que una alta ansiedad se asocia a menudo con otros rasgos patógenos: la incapacidad de describir verbalmente los sentimientos y las emociones, conductas adictivas, tendencias a la depresión y el no tener control de los acontecimientos por sí mismo, comorbilidad que sugiere un patrón conocido como “afectividad negativa”.

Entre las particularidades de la ansiedad negativa, encontramos su carácter anticipatorio; es decir, la capacidad de señalar el peligro o amenaza para el propio individuo. Si la ansiedad supera la normalidad en cuanto a los parámetros de intensidad, frecuencia y/o duración, provoca manifestaciones patológicas en el

individuo, de este modo la ansiedad sería una cuestión de grado, que en sus manifestaciones más extremas originaría una fobia (Bragado, 2006 citado en García-Fernández, Martínez-Monteagudo y Inglés Saura, 2013).

Piemontesi, Heredia, Furlan, Sánchez y Martínez (2012) también concuerdan en la capacidad que tiene la ansiedad para anticipar el fracaso, sus consecuencias negativas sobre la autoestima, la valoración social negativa y la pérdida de algún beneficio esperado y le confieren a esta capacidad un lugar central en la concepción de la misma.

### **La ansiedad y el estrés académico**

#### **Respuestas fisiológicas**

La estrecha relación entre ansiedad y rendimiento académico está bien documentada. La ansiedad se caracteriza por la activación de diferentes sistemas, principalmente el Sistema Nervioso Autónomo y el Sistema Nervioso Motor. El individuo sólo percibe algunos cambios en respuestas: tasa cardíaca, tasa respiratoria, sudoración, temperatura periférica, tensión muscular, sensaciones gástricas, entre otros. Estos cambios fisiológicos pueden acarrear una serie de desórdenes psicofisiológicos transitorios: dolores de cabeza, insomnio, disfunción eréctil, contracturas musculares, disfunciones gástricas, entre otros (Cabrera, Casal y Cortéz, 2005, citado en Herrera, Rodríguez y Valverde, n.d.).

#### **Respuestas sociales**

Por otra parte, debido a la preocupación constante excesiva e injustificada sobre los estudios y su futuro profesional, el individuo puede llegar a considerar que se encuentra seriamente incapacitado a nivel académico y social. Estas

características de ansiedad se han encontrado en estudiantes participantes en algunos estudios realizados sobre este tema (Benedito y Botella, 1992, citado en Aragón, Contreras y Tron 2011)

### Respuestas cognitivas

A nivel cognitivo-subjetivo, la ansiedad se caracteriza por sensación de malestar, preocupación, hipervigilancia, tensión, temor, inseguridad, sensación de pérdida de control, entre otros.

Según Singh (2011) en su “Study and Analysis of Academic Stress of B. Ed Students” diversos estudios en algunos países europeos reflejan que la ansiedad obstaculiza el rendimiento académico en todas sus formas. En 126 estudios diferentes aplicados a más de 36.000 personas se mostró que entre más predispuesta a preocuparse una persona está, más bajo es su rendimiento académico. Por ejemplo, en una prueba, a los que no se preocupaban se les pidió que se preocuparan por 15 minutos - su capacidad para completar una tarea se redujo considerablemente. Cuando los que se preocupaban se relajaron por 15 minutos, su habilidad para realizar una tarea mejoró radicalmente.

## La Depresión

### Origen del término

Para los hipocráticos de los siglos V y VI a.C., la depresión se denominaba melancolía y fue entendida como aversión a la comida, desesperación, insomnio, irritabilidad e intranquilidad, a lo que se sumaba un ánimo triste característico. En la literatura de entonces, a esta tristeza se le añadió otro síntoma: el miedo, de forma que el significado era una asociación entre estas dos pasiones (tristeza y



miedo). La introducción del criterio temporal de cronicidad se produce cuando se asume que la melancolía precisaba una perturbación emocional prolongada (Jackson, 1986).

### Definiciones y conceptos

La depresión es un trastorno mental episódico y recurrente que se caracteriza por una combinación de tristeza, desinterés por las actividades que merman la energía de un individuo, cuyas manifestaciones son la pérdida de confianza y autoestima, un sentimiento injustificado de culpabilidad, ideas de muerte y suicidio, una menor capacidad de concentración y la aparición de trastornos del sueño y la alimentación (Organización Mundial de la Salud, 2001). Esta enfermedad puede aparecer en cualquier momento de la vida, aunque la incidencia es mayor en la madurez. Sin embargo, cada vez se identifican más casos de depresión en adolescentes y adultos jóvenes (Lewinsohn, Hops, Roberts, Seeley, y Andrews, 1993).

Para Guti et al (2010), la depresión es uno de los trastornos mentales que se presenta con mayor frecuencia. La define como un grupo heterogéneo de trastornos afectivos que se manifiestan en estado de ánimo deprimido, disminución del disfrute, apatía y pérdida de interés en el trabajo asociado a insomnio, anorexia e ideación suicida. También considera que en el ámbito universitario uno de los principales factores asociados a la depresión es el estrés académico, que se constituye en un elemento detonante y que perpetúa la enfermedad.

Por su parte, Cobo (2005) indica que el término ha evolucionado a través del tiempo y debe entenderse de las tres maneras siguientes: como síntoma, como síndrome y como enfermedad.

Entre los síntomas característicos de la depresión aparecen los siguientes: una combinación de tristeza, desinterés por las actividades, merma de la energía, pérdida de la confianza y la autoestima, un sentimiento injustificado de culpabilidad, ideas de muerte y suicidio, una menor capacidad de concentración, aparición de trastornos del sueño y la alimentación. También pueden concurrir diversos síntomas somáticos (Organización Mundial de la Salud, 2001).

Como síndrome, la base es la tristeza, pero se enlaza con otros síntomas de manera casi o muy frecuentemente constante, de manera que al conjunto puede suponersele una relación estrecha y, en igual medida, pueda ser objeto de un estudio específico.

Como enfermedad, su manifestación habitual es el síndrome depresivo cuyo síntoma habitual es la tristeza. Sobre este síndrome puede indagarse con referencia los aspectos concretos: su etiología, patogenia, curso, evolución, resolución y tratamiento.

#### La depresión como un problema mundial de salud pública

Los datos del Banco Mundial (Ministerio de Salud, 1998 citado en Pardo A., Sandoval y Umbarila 2004), señalan que la depresión mayor representa un importante problema de salud mental, se estima que para el año 2020 será la segunda causa de carga de enfermedad en el mundo, representando el 3.4 % de la carga total de enfermedad, medida en años de vida ajustados por discapacidad, después de la enfermedad isquémica cardíaca.

#### Depresión y el estrés académico

En estudiantes universitarios, la depresión y las ideas suicidas pueden constituir un problema importante, porque al malestar psicológico se agrega la

imposibilidad de obtener un rendimiento académico satisfactorio (Campuzano, 2013).

Por otra parte, diversos estudios revelan que a mayores niveles de estrés en los estudiantes, éstos experimentan mayores niveles de depresión (Mosley, 1994 citado en Guti et al., 2010).

## CAPÍTULO III

### MÉTODOLOGÍA

#### **Tipo y diseño de investigación**

##### Tipo de investigación

El tipo de investigación de este trabajo es descriptivo y correlacional, porque pretende medir y relacionar las variables, con el fin de contribuir con el conocimiento científico. Asimismo, tiene un enfoque cuantitativo debido a que se hará uso de la estadística para el análisis de datos.

##### Diseño de la investigación

Tiene un diseño no experimental, porque no se pretende manipular las variables de estudio, sino que las mediciones y análisis se han hecho desde de la observación natural de los datos. Es decir, se presentan tal como se manifiestan. A su vez es de corte transversal, porque los datos se recolectaron a través de los instrumentos en un solo momento; es decir, los participantes respondieron a los cuestionarios en una sola ocasión.

#### **Población y muestra**

##### Población

Está constituida por todos los estudiantes (1231) de la Universidad

Adventista de Colombia, matriculados en el período académico 2015, pertenecientes a las carreras profesionales que se desarrollan en modalidad presencial.

## Muestra

### Selección de los elementos de la muestra

La selección se realizó mediante métodos y procedimientos estandarizados; en este estudio, la muestra es no aleatoria, no probalística, determinada por conveniencia. Para asegurar la representatividad de la muestra se usó la fórmula para poblaciones finitas. Así mismo se tuvo distintas facultades, se evaluó la posibilidad de conformar estratos de modo que la muestra se obtenga por afijación proporcional.

### Tamaño de la muestra

Se calculó el tamaño de la muestra aplicando el siguiente algoritmo

$$n = \frac{NpqZ^2}{e^2(N-1) + Z^2pq}$$

Donde:

N	1231
e	0,05
Z	3,8416
p	0,5
q	0,5
n	293

Reemplazando valores se tiene:

$$n = \frac{NpqZ^2}{e^2(N-1) + Z^2pq}$$

$$n = \frac{(1231)(0.5)(0.5)(1.96)^2}{(0.05)^2(1231-1) + (1.96)^2(0.5)(0.5)}$$

$$n = \frac{(1500)(0.5)(0.5)(3.84)}{(0.0025)(1230) + (3.84)(0.5)(0.5)}$$

$$n = 293$$

La muestra representativa está constituida por 293 estudiantes, establecida a criterio del investigador, se elevó a 377 estudiantes, porque se consideró apropiado para el estudio, se realizó de forma circunstancial y de esta manera asegurar mayor confiabilidad.

### **Criterios de inclusión y exclusión**

Fueron incluidos los estudiantes matriculados en el período académico 2015 en carreras presenciales y no virtuales.

Fueron excluidos los estudiantes matriculados en el primer y segundo semestre 2015, quienes cursan carreras semipresenciales o virtuales.

Fueron excluidos los estudiantes de posgrado, por ser programas que se dictan en fin de año.

Fueron excluidos estudiantes quienes reciben tratamiento para el estrés académico, la depresión y la ansiedad.

### **Consideraciones éticas**

Para el estudio se solicitó el permiso a la institución para realizar la investigación.

Los estudiantes voluntariamente accedieron a participar en el estudio. La

integridad del estudiante que participó fue respetada a cabalidad y no se pedía nombres a los participantes.

### **Definición y operacionalización de variables**

#### **Variable independiente**

Características sociodemográficas: edad, sexo, estado civil, situación ocupacional, origen demográfico, facultad, carrera profesional, semestre académico, residencia universitaria, origen familiar, condición religiosa, estado sentimental actual.

#### **Variables dependientes**

Estrés académico, Ansiedad. Depresión.

**Tabla 1.** Operacionalización de variables

<b>Variables</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>indicadores</b>	<b>Valor final</b>	<b>Escala de medición</b>
Características sociodemográficas	Características del estudiante	Edad	_____	
		Sexo	1. Femenino 2. Masculino	Nominal
		Estado civil	1. Soltero 2. Casado 3. Unión libre 4. Viudo 5. Separado	Nominal
		Origen Demográfico	1. Rural 2. Urbano	
		Situación Ocupacional	1. Trabaja 2. No trabaja	
	Características académicas del estudiante	Facultad	1. Educación 2. Teología 3. Ingeniería 4. Administración 5. Salud	Nominal
		Carrera	1. Administración de	Nominal

		Profesional	empresas 2. Educación Básica 3. Licenciatura en Pre-escolar 4. Lic. en Música 5. Tecnología Gestión Empresarial 6. Lic. en Teología 7. Contaduría Pública 8. Enfermería 9. Ing. de Sistemas 10. Tecnología en APH 11. Tecnología en Mercadeo	
		Semestre académico	_____	Ordinal
		Residencia Universitaria	1. Interno 2. Externo	Nominal
	Características sociales del estudiante	Tipo de familia de origen	1. Parental 2. Monoparental 3. Ninguno	Nominal
		Condición Religiosa	1. Adventista 2. No adventista	Nominal
		Estado sentimental actual	1. Noviando 2. Sin Novio (a)	Nominal



Estrés académico			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realización de un examen.</li> <li>2. Exposición de trabajos en clases.</li> <li>3. Intervención en el aula (responder a una pregunta del profesor, realizar preguntas, participar en debates, etc.).</li> <li>4. Subir al despacho del profesor en horas de auditorías.</li> <li>5. Sobrecarga académica (Excesivo número de créditos, trabajos obligatorios, etc.).</li> <li>6. Muchos alumnos en el aula.</li> <li>7. Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.</li> <li>8. Competitividad entre compañeros.</li> <li>9. Realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura (búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.).</li> <li>10. La tarea de estudio.</li> <li>11. Trabajar en grupos.</li> </ol>	Ordinal
Ansiedad	Dimensión respuestas cognitivas	Respuestas cognitivas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Me preocupo fácilmente</li> <li>2. Tengo pensamientos o sentimientos negativos.</li> <li>3. Me siento inseguro de mí mismo.</li> <li>4. Doy demasiadas vueltas a las cosas sin llegar a decidirme.</li> <li>5. Siento Miedo.</li> </ol>	Ordinal

	Dimensión respuestas fisiológicas	Respuestas fisiológicas	6. Me sudan las manos u otras partes del cuerpo hasta en días fríos. 7. Me tiemblan las manos o las piernas. 8. Me duele la cabeza 9. Mi cuerpo está en tensión. 10. Tengo palpitaciones, el corazón me late muy de prisa. 11. Me falta el aire y mi respiración. 12. Siento mareo 13. Tengo escalofríos y Tirito aunque no haga mucho frío.	
	Dimensión respuestas motoras	Respuestas motoras	14. Trato de rehuir o evitar alguna situación. 15. Me muevo y hago cosas sin ninguna finalidad correcta. 16. Quedo paralizado o mis movimientos son torpes. 17. Tartamudeo o tengo otras dificultades de expresión verbal.	
Depresión	Síntomas afectivos	Respuestas afectivas	1-Me siento decaído y triste. 3-Siento ganas de llorar o irrumo en llanto. 13- Me siento agitado y no puedo estar quieto. 15-Estoy más irritable de lo normal. 19-Siento que los demás estarían mejor si yo muriera.	

	Síntomas Psicológicos	Respuestas Psicológicas	<p>2- Por la mañana es cuando me siento mejor.</p> <p>5-Como la misma cantidad de siempre.</p> <p>11-Mi mente está tan clara como siempre.</p> <p>12-Me es fácil hacer lo que siempre hacía.</p> <p>16-Me es fácil tomar decisiones.</p>	
	Síntomas Cognitivos	Respuestas Cognitivas	<p>6-Todavía disfruto el sexo.</p> <p>14-Siento esperanza en el futuro.</p> <p>17-Siento que soy útil y me necesitan.</p> <p>18-Mi vida es bastante plena.</p> <p>20-Todavía disfruto de las cosas que disfrutaba antes.</p>	
	Síntomas Físicos	Respuestas físicas	<p>4-Tengo problemas para dormir por la noche.</p> <p>7-He notado que estoy perdiendo peso.</p> <p>8-Tengo problemas de estreñimiento.</p> <p>9-Mi corazón late más rápido de lo normal.</p> <p>10- Me canso sin razón alguna</p>	

## **Instrumentos de recolección de datos**

### **Elaboración del instrumento**

En este estudio, la medición de las variables sociodemográficas se ha hecho por medio de un cuestionario ad hoc. Para las variables subjetivas se usaron tres instrumentos elaborados por otros investigadores y utilizados en diferentes contextos. El inventario de estrés académico elaborado por Polo, Hernández y Pozo, 1996. Por otro lado, la variable ansiedad fue medida a través de la escala reducida de ansiedad basada en el inventario de situaciones y respuestas de ansiedad de García, Ortiz y Gordillo, 1995. Finalmente, la variable depresión fue medida a través de la escala de Zung ( 1965, citado en Lezama, 2012).

### **Validación del instrumento**

Los instrumentos fueron validados estadísticamente por otros investigadores y para fines de este estudio se realizó una validación de contenido a través de juicio de expertos.

El inventario de estrés académico elaborado por Polo, Hernández y Pozo, 1996, tiene una confiabilidad del conjunto total de reactivos del inventario de estrés académico con 19 presenta un alfa de Cronbach de 0,90 siendo altamente confiable (Herrera, Rodríguez & Valverde, n.d.).

Inventario de situaciones y respuestas de ansiedad de García, Ortiz y Gordillo, 1995; este instrumento de ansiedad, los índices de fiabilidad obtenidos muestran una notable consistencia interna del instrumento, siendo el Coeficiente Alfa de Cronbach= .90 para el conjunto de los 17 ítems; además, cada factor

presenta una aceptable fiabilidad (F I:  $\alpha = .92$ ; F II:  $\alpha = .82$ ; F III:  $\alpha = .71$ ).  
(Martínez et al., 1995).

Inventario de depresión fue medido a través de la escala de Zung, 1965  
Para la escala de depresión, presenta una estructura de tres factores, con valores propios superiores a 1 y que en conjunto explican 56,13% de la varianza. Así mismo presenta una confiabilidad de 0.887. (Citado en Lezama, 2012)

Para una mejor utilización del instrumento se procedió a llevar a cabo una validación de contenido por tres expertos; y un análisis de confiabilidad del instrumento en esta población juvenil de Colombia previamente obteniendo los siguientes resultados:

### Confiabilidad

**Tabla 2.** Confiabilidad del instrumento: Estrés académico, ansiedad y depresión.

Confiabilidad del instrumento		Estrés académico, ansiedad y depresión	
		N	%
Casos	Válidos	377	100.0
	Excluidos(a)	0	0
	Total	377	100.0
	Nº de elementos	48	100.0
Estadísticos de fiabilidad Alfa de Cronbach		0.910	

a Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

El coeficiente Alfa de Cronbach es de 0.910, lo cual permite decir que el instrumento empleado en la prueba piloto para medir el estrés académico, ansiedad y depresión es altamente confiable. A la misma vez se determinó la validez estadística de cada ítem por el mismo procedimiento de Alfa de Cronbach aplicando el comando “si se elimina el elemento”.

### Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
<b>Estrés académico</b>				
1. Realización de un examen	120,06	513,066	,015	,913
2. Exposición de trabajos en clases	119,78	499,183	,281	,909
3. Intervención en el aula (responder a una pregunta del profesor, realizar preguntas, participar en debates, etc.).	119,93	495,533	,368	,908
4. Subir al despacho del profesor en horas de auditorías.	119,92	489,223	,466	,907
5. Sobrecarga académica (Excesivo número de créditos, trabajos obligatorios, etc.).	119,53	497,163	,334	,909
6. Muchos alumnos en el aula.	119,79	487,103	,526	,907
7. Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.	119,63	498,683	,300	,909
8. Competitividad entre compañeros.	119,81	490,411	,431	,908
9. Realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura (búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.).	119,67	496,227	,373	,908
10. La tarea de estudio.	119,61	487,990	,521	,907
11. Trabajar en grupos.	119,56	488,210	,472	,907
<b>Ansiedad</b>				
1. Me preocupo fácilmente.	120,13	505,397	,185	,910
2. Tengo pensamientos o sentimientos negativos.	120,09	492,960	,485	,907
3. Me siento inseguro de mí mismo.	120,01	489,003	,548	,906
4. Doy demasiadas vueltas a las cosas sin llegar a decidirme.	119,94	492,741	,493	,907
5. Siento miedo.	119,97	488,038	,552	,906
6. Me sudan las manos u otras partes del cuerpo hasta en días fríos.	120,15	485,162	,554	,906
7. Me tiemblan las manos o las piernas.	120,21	482,011	,612	,905
8. Me duele la cabeza.	120,01	484,293	,583	,906
9. Mi cuerpo está en tensión.	120,06	482,324	,638	,905
10. Tengo palpitaciones, el corazón me late muy deprisa.	120,18	483,414	,608	,906
11. Me falta el aire y mi respiración es muy agitada.	120,22	482,074	,625	,905
12. Siento mareo	120,22	481,455	,616	,905

13. Tengo escalofríos y tiritito aunque no haga mucho frío.	120,33	482,713	,596	,906
14. Trato de rehuir o evitar alguna situación.	120,05	485,501	,580	,906
15. Me muevo y hago cosas sin ninguna finalidad correcta.	120,16	484,571	,572	,906
16. Quedo paralizado o mis movimientos son torpes.	120,31	480,448	,612	,905
17. Tartamudeo o tengo otras dificultades de expresión verbal.	120,15	481,948	,590	,906
<b>Depresión</b>				
1. Me siento decaído y triste.	120,95	500,799	,397	,908
2. Por la mañana es cuando me siento mejor.	120,30	512,406	,060	,911
3. Siento ganas de llorar o irrumo en llanto.	120,81	495,996	,497	,907
4. Tengo problemas para dormir por la noche.	120,66	499,060	,389	,908
5. Como la misma cantidad de siempre.	120,44	506,849	,183	,910
6. Todavía disfruto el sexo.	120,43	507,111	,167	,910
7. He notado que estoy perdiendo peso.	120,75	498,675	,428	,908
8. Tengo problemas de estreñimiento.	120,78	490,969	,551	,907
9. Mi corazón late más rápido de lo normal.	120,78	494,651	,479	,907
10. Me canso sin razón alguna.	120,73	495,649	,452	,908
11. Mi mente está tan clara como siempre.	120,34	509,364	,132	,911
12. Me es fácil hacer lo que siempre hacía.	120,29	511,140	,096	,911
13. Me siento agitado y no puedo estar quieto.	120,68	496,304	,440	,908
14. Siento esperanza en el futuro.	120,03	513,173	,039	,912
15. Estoy más irritable de lo normal.	120,55	498,048	,413	,908
16. Me es fácil tomar decisiones.	120,29	509,602	,129	,911
17. Siento que soy útil y me necesitan.	120,11	515,585	-,014	,912
18. Mi vida es bastante plena.	120,12	516,030	-,024	,912
19. Siento que los demás estarían mejor si yo muriera.	120,71	496,675	,422	,908
20. Todavía disfruto de las cosas que disfrutaba antes.	120,15	510,918	,089	,911

En este cuadro de validez ítem por ítem en relación con el nivel de coeficiente alfa, se observa que los ítems 17 (-,014), y 18 (-,024) generan una correlación negativa, lo cual indica que estos ítems no están midiendo lo mismo que los demás. Sin embargo, se decidió no eliminar ningún ítem por considerarlo.

### **Procedimiento para la recolección de datos**

La recolección de datos se realizó en la Universidad Adventista de Colombia durante el año académico 2015-2. Para esto, se cuenta con la autorización de la directiva de la institución en voto de junta administrativa.

Los instrumentos fueron entregados a los estudiantes, para que puedan resolver las preguntas en un solo momento, para que exista una paridad en la identificación de los datos, pero no del individuo. Solo se usaron pruebas impresas que faciliten el recojo de información y fueron aplicados por el investigador.

No se pretende indagar el nombre, ni otras variables que puedan ayudar a la identificación de los participantes, se usó la información de manera confidencial y solo para fines de investigación.

### **Plan de tabulación y análisis de los datos**

Los datos recolectados se tabularon a través de los programas informáticos de Excel y SPSS 22.0. Se realizaron análisis descriptivos de las variables utilizando estadísticos para variables cualitativas y cuantitativas. Los factores sociodemográficos, estrés académico, ansiedad y depresión fueron descritos en tablas de frecuencias y porcentajes manifestando sus características particulares.

Las correlaciones de los factores sociodemográficos con las variables estrés académico, ansiedad y depresión se analizaron utilizando prueba de Chi cuadrado de Pearson y Tb Kendall para correlacionar las variables dependientes entre sí.

Las variables dicotómicas se analizaron con pruebas de Chi cuadrado y se consideró en todo un nivel de significancia del 5% (0,05).



## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS

#### Resultados de datos sociodemográficos

En la tabla 3, se observa que el 89.7% de los encuestados pertenece al grupo etario de joven adulto. El 9.5% a los adolescentes, y el 0.8% a los adultos.

Tabla 3. Categorización por edad de los encuestados

	Frecuencia	Porcentaje
Adolescente (12 a 18 años)	36	9,5
Adulto joven (19 a 35 años)	338	89,7
Adulto (36 a 59 años)	3	,8
Total	377	100,0

En la tabla 4, se observa que el 65.5% de los encuestados pertenece al género masculino, mientras el 34.5% al género femenino.

Tabla 4. Género de los encuestados

	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	130	34,5
Masculino	247	65,5
Total	377	100,0

En la tabla 5, se observa que la mayoría de los encuestados es soltera en 85.1%, mientras que la menor proporción es separada (0.3%).

**Tabla 5.** Estado Civil

	Frecuencia	Porcentaje
Soltero	321	85,1
Casado	38	10,1
Unión libre	17	4,5
Separado	1	,3
Total	377	100,0

En la tabla 6, se observa que la mayoría de los encuestados trabaja en 50.4%, mientras la menor proporción no trabaja (49.6%).

**Tabla 6.** Situación Ocupacional

	Frecuencia	Porcentaje
Trabaja	190	50,4
No trabaja	187	49,6
Total	377	100,0

En la tabla 7, se observa que la mayoría de los encuestados proviene de zona urbana (76.4%), mientras la menor proporción proviene de la zona rural (23.6%).

**Tabla 7.** Origen Demográfico

	Frecuencia	Porcentaje
Rural	89	23,6
Urbano	288	76,4
Total	377	100,0

En la tabla 8, se observa que la mayoría de los encuestados es estudiante de teología (42.4%), mientras la menor proporción estudia Tecnología en gestión empresarial (0.5%).

**Tabla 8.** Carrera Profesional

	Frecuencia	Porcentaje
Administración de empresas	24	6,4
Educación básica	7	1,9
Lic. Preescolar	24	6,4
Lic. en música	32	8,5
Tecnología en gestión empresarial	2	,5
Lic. en Teología	160	42,4
Contaduría Pública	27	7,2
Enfermería	63	16,7
Ingeniería de sistemas	17	4,5
Tecnología en APH	15	4,0
Tecnología en mercadeo	6	1,6
Total	377	100,0

En la tabla 9, se observa que la mayoría de los encuestados es externa (50.4%), mientras la menor proporción es interna (36.1%).

**Tabla 9.** Residencia Universitaria

	Frecuencia	Porcentaje
Interno	136	36,1
Externo	241	63,9
Total	377	100,0

En la tabla 10, se observa que la mayoría de los encuestados es adventista (74.5%), mientras la menor proporción no es (25.5%).

**Tabla 10.** Condición Religiosa

	Frecuencia	Porcentaje
Adventista	281	74,5
No adventista	96	25,5
Total	377	100,0

### **Descripción de la variable estrés académico**

En la tabla 11, en cuanto a los factores fisiológicos del estrés académico, se observa que la mayoría de los encuestados presenta nivel moderado (41.4%),

mientras un alto a crítico niveles de los factores fisiológicos del Estrés Académico en los jóvenes con una proporción de 47,4 %.

**Tabla 11.** Niveles de los factores fisiológicos del Estrés Académico

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel crítico	48	12,7
Nivel alto	131	34,7
Nivel moderado	156	41,4
Nivel bajo	40	10,6
Nivel muy bajo	2	,5
Total	377	100,0

En la tabla 12, sobre los factores cognitivos del estrés académico, se observa que la mayoría de los encuestados presenta nivel moderado (42.7%), mientras los niveles alto y crítico presentan un porcentaje de 41,6 %.

**Tabla 12.** Niveles de los factores cognitivos del Estrés Académico

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel crítico	28	7,4
Nivel alto	129	34,2
Nivel moderado	161	42,7
Nivel bajo	57	15,1
Nivel muy bajo	2	,5
Total	377	100,0

En la tabla 13, sobre los factores motores del estrés académico, se observa que la mayoría de los encuestados presenta nivel moderado (40.6%), mientras el nivel alto presenta un porcentaje de 33,4 %.

**Tabla 13.** Niveles de los factores motores del Estrés Académico

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel alto	126	33,4
Nivel moderado	153	40,6
Nivel bajo	91	24,1
Nivel muy bajo	7	1,9
Total	377	100,0

En la tabla 14, sobre el estrés académico, se observa que la mayoría de los encuestados presenta nivel moderado (41.4%), mientras los niveles alto y crítico presentan un porcentaje de 48 %.

**Tabla 14.** Nivel del Estrés académico de los estudiantes

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel crítico	31	8,2
Nivel alto	150	39,8
Nivel moderado	156	41,4
Nivel bajo	39	10,3
Nivel muy bajo	1	,3
Total	377	100,0

### Descripción de la variable ansiedad

En la tabla 15, sobre los factores fisiológicos de la ansiedad, se observa que la mayoría de los encuestados presenta nivel riesgo (36.9%), mientras el alto y crítico presentan un porcentaje de 32,6 %.

**Tabla 15.** Niveles de los Factores fisiológicos de la Ansiedad

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel critico	17	4,5
Nivel alto	106	28,1
Nivel riesgoso	139	36,9
Nivel bajo	96	25,5
Nivel muy bajo	19	5,0
Total	377	100,0

En la tabla 16, sobre los factores cognitivos de la ansiedad, se observa que la mayoría de los encuestados presenta nivel riesgo (48%), mientras el alto y presentan un porcentaje de 31,8 %.

**Tabla 16.** Niveles de los Factores cognitivos de la Ansiedad

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel critico	14	3,7
Nivel alto	106	28,1
Nivel riesgoso	181	48,0
Nivel bajo	72	19,1
Nivel muy bajo	4	1,1
Total	377	100,0

En la tabla 17, en cuanto a los factores motores de la ansiedad, se observa que la mayoría de los encuestados presenta nivel de riesgo (34.2 %), mientras que un alto a crítico niveles de los factores motores de la Ansiedad en los jóvenes con una proporción de 32,6 %.

**Tabla 17.** Niveles de los factores motores de la Ansiedad

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel critico	20	5,3
Nivel alto	103	27,3
Nivel riesgoso	129	34,2
Nivel bajo	95	25,2
Nivel muy bajo	30	8,0
Total	377	100,0

En la tabla 18, en cuanto la ansiedad, se observa que la mayoría de los encuestados presenta nivel riesgoso (71.9%), mientras los niveles alto y crítico presentan un porcentaje de 18,5 %.

**Tabla 18.** Nivel de Ansiedad de los estudiantes

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Nivel critico	2	,5
	Nivel alto	68	18,0
	Nivel riesgoso	271	71,9
	Nivel bajo	36	9,5
	Total	377	100,0

### Descripción de la variable Depresión

En la tabla 19, sobre los síntomas afectivos de la depresión, se observa que la mayoría de los encuestados presenta nivel bajo (48%), mientras el nivel alto presenta un porcentaje de 3,7 %.



**Tabla 19.** Niveles de los Síntomas afectivos de la Depresión

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel alto	14	3,7
Nivel riesgoso	153	40,6
Nivel bajo	181	48,0
Nivel muy bajo	29	7,7
Total	377	100,0

En la tabla 20, sobre los síntomas psicológicos de la depresión, se observa que la mayoría de los encuestados presenta nivel riesgoso (60.7%), mientras el nivel alto presenta un porcentaje de 11,9 %.

**Tabla 20.** Niveles de los Síntomas psicológicos de la Depresión

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel alto	45	11,9
Nivel riesgoso	229	60,7
Nivel bajo	101	26,8
Nivel muy bajo	2	,5
Total	377	100,0

En la tabla 21, sobre los síntomas cognitivos de la depresión, se observa que la mayoría de los encuestados presenta nivel riesgoso (66.3%), mientras el nivel alto presenta un de 17,2 %.

**Tabla 21.** Niveles de los Síntomas cognitivos de la Depresión

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel alto	65	17,2
Nivel riesgoso	250	66,3
Nivel bajo	59	15,6
Nivel muy bajo	3	,8
Total	377	100,0

En la tabla 22, sobre los síntomas físicos de la depresión, se observa que la mayoría de los encuestados presenta nivel riesgoso (42.7%), mientras el nivel alto presenta el 5,6 %.

**Tabla 22.** Niveles de los síntomas físicos de la Depresión

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Nivel alto	21	5,6
	Nivel riesgoso	161	42,7
	Nivel bajo	158	41,9
	Nivel muy bajo	37	9,8
	Total	377	100,0

En la tabla 23, sobre la depresión, se observa que la mayoría de los encuestados presenta nivel riesgoso (54.6%), mientras el nivel alto presenta el 8,8 %.

**Tabla 23.** Nivel de Depresión de los estudiantes

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel alto	33	8,8
Nivel riesgoso	206	54,6
Nivel bajo	130	34,5
Nivel muy bajo	8	2,1
Total	377	100,0

### Contrastación de hipótesis

#### Hipótesis General

Ho. Las características sociodemográficas No están relacionadas significativamente con el estrés académico, depresión y ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

H<sub>a</sub> Las características sociodemográficas están relacionadas significativamente con el estrés académico, depresión y ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

#### Regla de decisión

Si Valor  $p > 0.05$ , se acepta la Hipótesis Nula (Ho)

Si Valor  $p < 0.05$ , se rechaza la Hipótesis Nula (Ho). Y, se acepta Ha.

Como se muestra en la tabla 24 sobre la relación entre las variables sociodemográficas con el estrés académico, la ansiedad y la depresión se observa lo siguiente:

La edad no guarda relación significativa ni con el estrés académico, ni con la ansiedad, ni con la depresión, por lo que el valor  $p > \alpha$  (0.05), en todos los casos.

En cuanto al género, se observa una relación significativa con la ansiedad con un chi cuadrado = 8.088 a 3 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,044 < 0.05$ ).

En cuanto al estado civil se observa una relación significativa con la ansiedad donde el chi cuadrado = 19.783 a 9 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,019 < 0.05$ ).

En cuanto a situación ocupacional, se observa una relación significativa con la ansiedad donde el chi cuadrado = 12.319 a 3 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,006 < 0.05$ ). Y también guarda relación significativa con la depresión donde el chi cuadrado = 9.047 a 12 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,029 < 0.05$ ).

En cuanto a origen demográfico, se observa una relación significativa con el estrés académico donde el chi cuadrado = 11.657 a 4 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,020 < 0.05$ ).

En cuanto a carrera profesional, se observa una relación significativa con estrés académico donde el chi cuadrado = 72.01 a 40 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,001 < 0.05$ ). Y también guarda relación significativa con la depresión donde el chi cuadrado = 53.986 a 30 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,005 < 0.05$ ).

En cuanto a la residencia universitaria, se observa una relación significativa con la depresión donde el chi cuadrado = 10.522 a 3 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,015 < 0.05$ ).

En cuanto a condición religiosa, se observa una relación significativa con estrés académico donde el chi cuadrado = 11.436 a 4 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,022 < 0.05$ ).

Por tanto, las evidencias nos permiten concluir que la edad no guarda relación significativa ni con el estrés académico, ni con la ansiedad, ni con la depresión, mientras el género guarda relación significativa con la ansiedad. La condición de estado civil guarda relación significativa con la ansiedad. La situación ocupacional guarda relación significativa con la ansiedad y la depresión.

El origen demográfico guarda relación significativa con el estrés académico. La carrera profesional guarda relación significativa con el estrés académico y con la depresión. La residencia universitaria guarda relación significativa con la depresión y la condición religiosa guarda relación significativa con el estrés académico en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

**Tabla 24.** Características sociodemográficas en relación con el estrés académico, depresión y ansiedad

		Estrés académico	Ansiedad	Depresión
Edad	Chi-cuadrado	3.786	2.329	7.923
	gl	8	6	6
	Sig.	,876	,887	,244
Genero	Chi-cuadrado	8.675	8.088	7.745
	gl	4	3	3
	Sig.	,070	,044	,052
Condición de Estado Civil	Chi-cuadrado	20.252	19.783	9.827
	gl	12	9	9
	Sig.	,062	,019	,365
Situación Ocupacional	Chi-cuadrado	5.317	12.319	9.047
	gl	4	3	3
	Sig.	,256	,006	,029*
Origen Demográfico	Chi-cuadrado	11.657	3.005	2.647
	gl	4	3	3
	Sig.	,020	,391	,449
Carrera Profesional	Chi-cuadrado	72.01	34.004	53.986
	gl	40	30	30
	Sig.	,001	,281	,005
Residencia Universitaria	Chi-cuadrado	2.218	7.062	10.522
	gl	4	3	3
	Sig.	,696	,070	,015
Condición Religiosa	Chi-cuadrado	11.436	7.483	3.512
	gl	4	3	3
	Sig.	,022	,058	,319

### Hipótesis específica 1

Ho. Las características sociodemográficas No están relacionadas significativamente al nivel de estrés académico en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

H<sub>a</sub> Las características sociodemográficas están relacionadas significativamente al nivel de estrés académico en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

#### Regla de decisión

Si Valor  $p > 0.05$ , se acepta la Hipótesis Nula (Ho)

Si Valor  $p < 0.05$ , se rechaza la Hipótesis Nula (Ho). Y, se acepta H<sub>a</sub>

Como se muestra en la tabla 25, sobre la relación entre las variables sociodemográficas con el estrés académico se observa lo siguiente:

La edad, el género y la condición de estado civil no guarda relación significativa ni con los factores, fisiológicos, los factores cognitivos y los factores motores del estrés académico, por lo que el valor  $p > \alpha$  (0.05), en todos los casos.

En cuanto a la situación ocupacional, se observa una relación significativa con los factores fisiológicos, del estrés académico donde el chi cuadrado = 9.635 a 4 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,047 < 0.05$ ). También guarda relación significativa con los factores motores donde el chi cuadrado = 10.348 a 3 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,016 < 0.05$ ).

En cuanto a origen demográfico, se observa una relación significativa con los factores fisiológicos del estrés académico donde el chi cuadrado = 16.738 a 4 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,002 < 0.05$ ). También guarda relación

significativa con los factores motores donde el chi cuadrado = 13.124 a 3 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,004 < 0.05$ ).

En cuanto a la carrera profesional, se observa una relación significativa con los factores fisiológicos donde el chi cuadrado = 57.898 a 40 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,033 < 0.05$ ).

Luego, las evidencias nos permiten concluir que la edad, el género y la condición de estado civil no guarda relación significativa ni con los factores, fisiológicos, los factores cognitivos y los factores motores del estrés académico, mientras la situación ocupacional guarda relación significativa con los factores fisiológicos del estrés académico y con los factores motores.

El origen demográfico guarda relación significativa con los factores fisiológicos del estrés académico y con los factores motores. La carrera profesional guarda relación significativa con los factores fisiológicos del estrés académico en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

**Tabla 25.** Características sociodemográficas en relación con los factores fisiológicos, cognitivos y motores del estrés académico

		Estrés académico		
		Factores fisiológicos	Factores cognitivos	Factores motores
Edad	Chi-cuadrado	3.398	5.984	3.998
	gl	8	8	6
	Sig.	,907	,649	,677
Genero	Chi-cuadrado	6.942	9.169	6.577
	gl	4	4	3
	Sig.	,139	,057	,087
Condición de Estado Civil	Chi-cuadrado	15.776	12.490	15.864
	gl	12	12	9
	Sig.	,202	,407	,070

Situación ocupacional	Chi-cuadrado	9.635	4.358	10.348
	gl	4	4	3
	Sig.	,047	,360	,016
Origen Demográfico	Chi-cuadrado	16.738	6.214	13.124
	gl	4	4	3
	Sig.	,002	,184	,004
Carrera Profesional	Chi-cuadrado	57.898	50.936	36.812
	gl	40	40	30
	Sig.	,033	,115	,183
Residencia Universitaria	Chi-cuadrado	4.557	4.056	1.885
	gl	4	4	3
	Sig.	,336	,399	,597
Condición religiosa	Chi-cuadrado	9.265	7.096	,567
	gl	4	4	3
	Sig.	,055	,131	,904

#### Hipótesis específica 2

Ho. Las características sociodemográficas No están relacionadas significativamente con el nivel de ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

H<sub>a</sub> Las características sociodemográficas están relacionadas significativamente con el nivel de ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

#### Regla de decisión

Si Valor  $p > 0.05$ , se acepta la Hipótesis Nula (Ho)

Si Valor  $p < 0.05$ , se rechaza la Hipótesis Nula (Ho). Y, se acepta H<sub>a</sub>

Como se muestra en la tabla 26, sobre la relación entre las variables sociodemográficas con la ansiedad se observa lo siguiente:



En cuanto al género, se observa una relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad donde el chi cuadrado = 16.097 a 4 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,003 < 0.05$ ). También guarda relación significativa con los factores motores donde el chi cuadrado = 13.372 a 3 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,010 < 0.05$ ).

En cuanto a la situación ocupacional, se observa una relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad donde el chi cuadrado = 18.432 a 4 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,001 < 0.05$ ). También guarda relación significativa con los factores motores donde el chi cuadrado = 17.929 a 3 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,001 < 0.05$ ).

En cuanto a origen demográfico, se observa una relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad, donde el chi cuadrado = 12.748 a 4 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,013 < 0.05$ ). También guarda relación significativa con los factores motores, donde el chi cuadrado = 15.634 a 4 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,004 < 0.05$ ).

En cuanto a la carrera profesional, se observa una relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad donde el chi cuadrado = 76.935 a 40 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,000 < 0.05$ ). También guarda relación significativa con los factores cognitivos, donde el chi cuadrado = 71.265 a 40 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,002 < 0.05$ ). También guarda relación significativa con los factores motores, donde el chi cuadrado = 70.742 a 40 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,002 < 0.05$ ).

En cuanto a la Residencia Universitaria, se observa una relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad, donde el chi cuadrado = 13.761 a 4 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,008 < 0.05$ ). También guarda

relación significativa con los factores motores, donde el chi cuadrado = 17.893 a 4 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,001 < 0.05$ ).

En cuanto a la condición religiosa, se observa una relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad, donde el chi cuadrado = 14.545 a 40 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,006 < 0.05$ ). También guarda relación significativa con los factores cognitivos, donde el chi cuadrado = 13.261 a 40 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,010 < 0.05$ ). Así como, guarda relación significativa con los factores motores, donde el chi cuadrado = 13.310 a 40 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,010 < 0.05$ ).

Luego las evidencias nos permiten concluir que la edad y la condición de estado civil, no guarda relación significativa ni con los factores fisiológicos, los factores cognitivos y los factores motores de la ansiedad. Mientras que el Género, guarda relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad y con los factores motores. La situación ocupacional guarda relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad y con los factores motores.

El origen demográfico guarda relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad y con los factores motores. La carrera profesional guarda relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad y con los factores cognitivos. También con los factores motores. En cuanto a Residencia Universitaria, se observa una relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad y con los factores motores. Por otra parte, en la variable Condición Religiosa, se observa una relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad y con los factores cognitivos. Como también con los factores motores.

**Tabla 26.** Características sociodemográficas en relación con los factores fisiológicos, cognitivos y motores de la ansiedad.

		Ansiedad		
		Factores fisiológicos	Factores cognitivos	Factores motores
Edad	Chi-cuadrado	13.253	6.723	6.273
	gl	8	8	8
	Sig.	,103	,567	,617
Genero	Chi-cuadrado	16.097	7.649	13.372
	gl	4	4	4
	Sig.	,003	,105	,010
Condición de Estado Civil	Chi-cuadrado	14.830	10.727	6.844
	gl	12	12	12
	Sig.	,251	,552	,868
Situación Ocupacional	Chi-cuadrado	18.432	5.693	17.929
	gl	4	4	4
	Sig.	,001	,223	,001
Origen Demográfico	Chi-cuadrado	12.748	3.532	15.634
	gl	4	4	4
	Sig.	,013	,473	,004
Carrera Profesional	Chi-cuadrado	76.935	71.265	70.742
	gl	40	40	40
	Sig.	,000	,002	,002
Residencia Universitaria	Chi-cuadrado	13.761	6.945	17.893
	gl	4	4	4
	Sig.	,008	,139	,001
Condición Religiosa	Chi-cuadrado	14.545	13.261	13.310
	gl	4	4	4
	Sig.	,006	,010	,010

### Hipótesis específica 3

Ho. Las características sociodemográficas No están relacionadas significativamente con el nivel de depresión en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

H<sub>a</sub> Las características sociodemográficas están relacionadas significativamente con el nivel de depresión en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

Regla de decisión

Si Valor  $p > 0.05$ , se acepta la Hipótesis Nula ( $H_0$ )

Si Valor  $p < 0.05$ , se rechaza la Hipótesis Nula ( $H_0$ ). Y, se acepta  $H_a$

Como se muestra en la tabla 27, sobre la relación entre las variables sociodemográficas con los síntomas de la depresión se observa lo siguiente:

La edad, el género, la condición de estado civil y el origen demográfico, no guardan relación significativa con los síntomas afectivos, psicológicos, cognitivos y físicos de la depresión por lo que el valor  $p > \alpha$  (0.05) en todos los casos.

En cuanto a la situación ocupacional, se observa una relación significativa con los síntomas cognitivos de la depresión donde el chi cuadrado = 9.905 a 3 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,019 < 0.05$ ).

En cuanto a la carrera profesional, se observa una relación significativa con los síntomas afectivos de la depresión donde el chi cuadrado = 44.190 a 30 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,046 < 0.05$ ).

En cuanto a la Residencia Universitaria, se observa una relación significativa con los síntomas afectivos de la depresión donde el chi cuadrado = 7.883 a 3 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,048 < 0.05$ ).

Sobre la condición religiosa, se observa una relación significativa con los síntomas cognitivos de la depresión donde el chi cuadrado = 9.120 a 3 grados de libertad y el valor  $p < \alpha$  ( $= ,028 < 0.05$ ). La edad, el género, el estado civil y el origen demográfico, no guardan relación significativa con los síntomas afectivos, psicológicos, cognitivos y físicos de la depresión.

Sobre la situación ocupacional, se observa una relación significativa con los síntomas cognitivos de la depresión. Sobre la carrera profesional, se observa una

relación significativa con los síntomas afectivos de la depresión. Sobre la Residencia Universitaria, se observa una relación significativa con los síntomas afectivos de la depresión. En la condición religiosa, se observa una relación significativa con los síntomas cognitivos de la depresión.

**Tabla 27.** Características sociodemográficas en relación con los síntomas afectivos, psicológicos cognitivos y físicos de la depresión.

		Síntomas afectivos	Depresión Síntomas psicológicos	Síntomas cognitivos	Síntomas físicos
Edad	Chi-cuadrado	8.751	10.256	7.418	10.991
	gl	6	6	6	6
	Sig.	,188	,114	,284	,089
Genero	Chi-cuadrado	3.761	.290	1.756	3.944
	gl	3	3	3	3
	Sig.	,288	,962	,624	,268
Condición de Estado Civil	Chi-cuadrado	7.711	12.882	8.409	10.127
	gl	9	9	9	9
	Sig.	,564	,168	,493	,340
Situación Ocupacional	Chi-cuadrado	3.193	1.934	9.905	.680
	gl	3	3	3	3
	Sig.	,363	,586	,019	,878
Origen Demográfico	Chi-cuadrado	.729	1.517	2.072	4.301
	gl	3	3	3	3
	Sig.	,866	,678	,558	,231
Carrera Profesional	Chi-cuadrado	44.190	23.497	24.774	54.540
	gl	30	30	30	30
	Sig.	,046	,794	,736	,004
Residencia Universitaria	Chi-cuadrado	7.883	.516	4.978	4.167
	gl	3	3	3	3
	Sig.	,048	,915	,173	,244
Condición Religiosa	Chi-cuadrado	.245	4.125	9.120	1.776
	gl	3	3	3	3
	Sig.	,970	,248	,028	,620

#### Hipótesis específica 4

Ho. No existe relación significativa entre el estrés académico, la ansiedad y la depresión en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

H<sub>a</sub> Existe relación significativa entre el estrés académico, la ansiedad y la depresión en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

#### Regla de decisión

Si Valor  $p > 0.05$ , se acepta la Hipótesis Nula (Ho)

Si Valor  $p < 0.05$ , se rechaza la Hipótesis Nula (Ho). Y, se acepta H<sub>a</sub>

Como se muestra en la tabla 28, en cuanto a la correlación entre el estrés académico y la ansiedad, el modelo estadístico para variables ordinales Tau\_b de Kendall, reporta un valor  $p = ,000$  a un nivel de significativa de 0,05 (bilateral) y un nivel de relación de 0,181; lo cual indica una correlación baja entre las variables.

Asimismo, el estrés académico guarda relación con la depresión, por lo que Tau\_b de Kendall, reporta un valor  $p = ,000$  a un nivel de significativa de 0,05 (bilateral) y un nivel de relación de 0,296; lo cual indica una correlación baja entre las variables. Por otra parte, en cuanto a la correlación entre la ansiedad y la depresión, el modelo estadístico para variables ordinales Tau\_b de Kendall, reporta un valor  $p = ,000$  a un nivel de significativa de 0,05 (bilateral) y un nivel de relación de 0,282; lo cual indica una correlación baja entre las variables. Luego No habiendo evidencias suficientes para rechazar la hipótesis nula, se concluye que

existe relación significativa entre el estrés académico, la ansiedad y la depresión en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

**Tabla 28.** Correlación entre el estrés académico, la ansiedad y la depresión

Correlaciones					
tau_b de Kendall			Estrés académico	Ansiedad	Depresión
	Estrés académico	Coefficiente de correlación	1,000	,181**	,296**
		Sig. (bilateral)	.	,000	,000
		N	377	377	376
	Ansiedad	Coefficiente de correlación	,181**	1,000	,282**
		Sig. (bilateral)	,000	.	,000
		N	377	377	376
	Depresión	Coefficiente de correlación	,296**	,282**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	,000	.
		N	376	376	376

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

### Discusión de resultados

En el presente trabajo se encontró que solamente la variable edad no guarda relación con las variables estrés académico, ansiedad y depresión. Las demás características sociodemográficas guardan relación con al menos una variable. Esto quiere decir que cualquiera sea la Edad del estudiante puede ser afectado por el estrés académico, la ansiedad o la depresión.

Los resultados del presente trabajo corroboran lo expresado por (Versaevel 2015) quien indica que los niveles de estrés pueden influir negativamente en el bienestar del estudiante. Asimismo, los datos de la presente investigación confirman que Latinoamérica presenta elevada incidencia de estrés en estudiantes universitarios, alcanzando valores superiores al 67% de la población estudiada en la categoría de estrés moderado” (Román, Ortiz y Rodríguez 2008).

al analizar las características sociodemográficas en relación con la variable estrés académico se evidenció que la edad, el género, el estado civil y la condición religiosa no guardan relación significativa ni con los factores fisiológicos, los factores cognitivos y los factores motores del estrés académico. Lo que significa que tanto hombres o mujeres, solteros, casados o en unión libre, pueden o no presentar estrés académico.

Al observar la situación ocupacional donde la mayoría (49.6%) no tiene trabajo y en origen demográfico, donde la mayoría (76.4%) viene de zona urbana, se hace evidente la aparición de manifestaciones fisiológicas y motoras del estrés académico, reflejándose en nerviosismo, sudoración, movientes bruscos y desorientados, palpitación acelerada del corazón, entre otros; aun cuando cognitivamente se piense que “no pasa nada académicamente”.

Cabe resaltar que en cuanto a la carrera profesional se evidencia una relación significativa con factores fisiológicos de estrés académico; es decir, que la carrera que estudian ya sea por su carga académica, el tiempo de duración, su complejidad etc. produce efectos físicos de estrés académico en el estudiante.

Discusión de los resultados de las características sociodemográficas en relación con los síntomas fisiológicos, cognitivos y motores de la ansiedad

Por otro lado, al analizar las variables sociodemográficas con la ansiedad se halló que la edad y el estado civil, no guarda relación significativa ni con los factores fisiológicos, los factores cognitivos y los factores motores de la ansiedad; es decir, que no importa la edad, ni ser soltero, casado, estar en unión libre o divorciado, igualmente los estudiantes pueden o no, sufrir de ansiedad.

Los resultados de esta investigación ponen de manifiesto una problemática juvenil que en Colombia se viene presentando hace mucho tiempo, como lo



acreditan los datos epidemiológicos que señalan que la ansiedad y la depresión constituyen un importante problema de salud en este país; ocupando los primeros renglones en cuanto a los motivos de consulta psicológica y psiquiátrica (R. de C. Ministerio de la Protección Social, 2003)

Sin embargo, en cuanto al género, situación ocupacional, origen demográfico y residencia universitaria se observa una relación significativa con los factores fisiológicos y motores de la ansiedad. Hay que resaltar que la mayoría de encuestados son del género masculino (65.5%). En contraste, la literatura (Gisper, 2008) evidencia mayor incidencia de ansiedad en las mujeres. Este trabajo demuestra que las respuestas psicológicas de ansiedad van cambiando según el género. Por otra parte, la evidencia confirma que muy al margen del estado civil que tenga el estudiante puede presentar evidencias de estrés, ansiedad, depresión o no.

Por otro lado, al no tener trabajo los estudiantes presentan mayores niveles de ansiedad. A su vez, la mayoría proviene de zona urbana y esto también representa niveles mayores de ansiedad posiblemente debido al estilo de vida propio de las ciudades. A su vez, la condición de residente externo elevaría estos niveles de ansiedad en contraste con lo que residen en la relativa comodidad del internado de una universidad como la estudiada.

En cuanto a la carrera profesional y condición religiosa son las únicas variables que presentan una relación significativa con los factores fisiológicos, factores cognitivos y factores motores de la ansiedad. Es decir, la carrera que pueda estar estudiando el joven y la religión que profesa puede constituirse una fuente mayor de ansiedad evidenciándose en sus pensamientos, síntomas y signos.

Esto es bastante llamativo en esta investigación ya que se pensaba que por ser una institución cristiana los valores estarían a favor y no en contra.

Por otro lado, en el análisis del presente trabajo al relacionar las variables sociodemográficas con los síntomas de la depresión se observa que la edad, género, el estado civil y el origen demográfico, no guardan relación significativa con los síntomas afectivos, psicológicos, cognitivos y físicos de la depresión. Es decir, no importa la edad que tenga el estudiante, el ser soltero, vivir en unión libre o casado, venir de zona urbana o rural, éste puede o no presentar síntomas de depresión; sean afectivos, psicológicos, cognitivos o físicos.

También se puede observar que la situación ocupacional de los estudiantes presenta una relación significativa con los síntomas cognitivos de la depresión. Tanto el grupo que no trabaja (49,6%), como los que trabajan, pueden estar siendo afectados en su condición emocional presentando ideas negativas o de fracaso de sí mismos, además de, dificultades para encontrar una visión de apertura y salida del estado alterado emocional en que se encuentran.

En cuanto a la carrera profesional, se evidencian síntomas afectivos y físicos de la depresión. El estudiante podría estar desvalorizando su carrera o sufrir de sentimientos de inferioridad por pertenecer a una carrera y no a otra (cabe resaltar que en el presente estudio la mayoría son de teología y enfermería). Podría suceder que los que estudian disciplinas como teología y enfermería se sientan deprimidos afectivamente en contraste con los que estudia ingeniería de sistemas o administración y viceversa.

En cuanto al lugar de Residencia Universitaria del estudiante, se perciben síntomas físicos de depresión, es decir, a manera de ejemplo: un teólogo externo o interno podría tener síntomas de depresión que se evidenciaría en percepción y

sentimientos de baja estima y auto consideración por no estar feliz en su carrera y por no hallarse feliz en su lugar de vivienda.

Asimismo, en cuanto a la condición religiosa, se observó una relación significativa con los síntomas cognitivos de la depresión; es decir, pensamientos negativos, confusión, pesar, inconformidad y decepción con la religión que ellos se identifican. Este factor es muy sorpresivo y preocupante en una universidad adventista.

Uno de los objetivos de este trabajo es determinar cuál es la relación del estrés, ansiedad y depresión en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015. Hay evidencia en el trabajo estadístico que existe relación significativa entre estas variables. Por ejemplo, de acuerdo con la carrera profesional, los estudiantes presentan significativos niveles de estrés académico, pero también síntomas de depresión. Considerando que la mayoría de estudiantes encuestados son de teología y enfermería es importante resaltar que el estudiante podría estar estresado académicamente, por ejemplo, por el nivel de dificultad de su carrera, pero deprimido porque las oportunidades laborales a futuro como egresado son bajas en comparación con otro curso de estudios. Las diferencias abismales en los costos de estudio entre unas y otras carreras podrían también ser otro ejemplo al respecto de este tipo de relación estrés y depresión.

También vemos la condición religiosa, como implicancia del nivel de estrés académico que presentan los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia. Un 74,5% son adventistas y tal vez algunos hábitos de estudio puedan estar haciendo conflicto con sus principios y puedan generar estrés y depresión.

Por otra parte, en esta muestra estudiada en cuanto a las variables de alteración psicológica, la que más se manifiesta en nivel alto es el estrés académico

con un 48%, siendo los factores fisiológicos los más altos en un 47,4%. Sin dejar de lado que existe un grupo de estudiantes en un 15% a menos que presenta percentiles muy bajos de estrés, evidencia de una probable desmotivación, apatía y desgano en su quehacer académico.

Estos resultados son congruentes con lo ya expresado por Martín (2007) que en su estudio también encontró un nivel elevado de estrés de los universitarios durante el período de exámenes. Y diferencias significativas en el nivel de estrés alcanzado por los estudiantes de Psicología respecto a otras carreras. Asimismo, se hallaron efectos sobre la salud como ansiedad y un bajo auto concepto académico de los estudiantes. Este último aspecto se ve reflejado en los altos índices de ansiedad y depresión como se refleja a continuación.

Entre los estudiantes, el 18,5% presenta signos altos de ansiedad y un gran número equivalente al 72% de estudiantes se muestra ansioso evidenciando sus síntomas fisiológicos, cognitivos y motores a la vez constituyéndose esto en un riesgo de salud pública; en vista que la ansiedad va acompañada de una sensación de tensión interna y de dificultades para relajarse que puede afectar su salud, desarrollo académico y éxito profesional.

Finalmente, sólo el 36,6% de los estudiantes universitarios muestra síntomas de depresión baja. En los demás jóvenes (63,4%) los síntomas de depresión son un agente potencial de conductas negativas y de apertura a otras patologías de trastorno de ánimo. Cabe resaltar que los síntomas cognitivos son los más evidenciados con un 66; 3%, en un nivel riesgoso.

Podemos concluir que los jóvenes estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, que presentan índices de depresión, también guardan síntomas de ansiedad y estrés académico como lo corrobora Brandy (2011) quien encontró que

existía una relación fuerte entre el estrés y los síntomas depresivos, por lo cual se sugiere las siguientes recomendaciones.

## CAPÍTULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### Conclusiones

Primera conclusión. La edad no guarda relación significativa ni con el estrés académico, ni con la ansiedad, ni con la depresión, mientras que el género guarda relación significativa con la ansiedad. La condición de estado civil guarda relación significativa con la ansiedad. La situación ocupacional guarda relación significativa con la ansiedad y la depresión. El origen demográfico guarda relación significativa con el estrés académico. La carrera profesional guarda relación significativa con el estrés académico y con la depresión. La residencia universitaria guarda relación significativa con la depresión. La condición religiosa guarda relación significativa con el estrés académico en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

Segunda conclusión. La edad, el género y la condición de estado civil no guarda relación significativa ni con los factores fisiológicos, los factores cognitivos y los factores motores del estrés académico, mientras la situación ocupacional guarda relación significativa con los factores fisiológicos y con los factores motores del estrés académico. El origen demográfico guarda relación significativa con los factores fisiológicos del estrés académico y con los factores motores. La carrera profesional, guarda relación significativa con los factores fisiológicos del estrés académico en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia, Medellín, 2015.

Tercera conclusión. La edad y estado civil no guardan relación significativa ni con los factores fisiológicos, los factores cognitivos y los factores motores de la ansiedad, mientras que el género guarda relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad y con los factores motores. La situación ocupacional guarda relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad y con los factores motores. El origen demográfico guarda relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad y con los factores motores. La carrera profesional guarda relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad y con los factores cognitivos. También con los factores motores. La Residencia Universitaria guarda una relación significativa con los factores fisiológicos de la ansiedad y con los factores motores. La condición religiosa guarda una relación significativa con los factores fisiológicos, con los factores cognitivos y con los factores motores de la ansiedad.

Cuarta conclusión. La edad, el género, el estado civil y el origen demográfico no guardan relación significativa con los síntomas afectivos, psicológicos, cognitivos y físicos de la depresión. En cuanto a la situación ocupacional, se observa una relación significativa con los síntomas cognitivos de la depresión. Por otro lado, en la carrera profesional, existe una relación significativa con los síntomas afectivos de la depresión. Por su parte, en Residencia Universitaria, se observa una relación significativa con los síntomas afectivos de la depresión. A su vez, en la condición religiosa, se observa una relación significativa con los síntomas cognitivos de la depresión.

Quinta conclusión. Existe relación significativa entre el estrés académico, la ansiedad y la depresión en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia,

Medellín, 2015. En la cual, el modelo estadístico para variables ordinales Tau\_b de Kendall, reporta un valor  $p = ,000$  a un nivel de significativa de 0,05 (bilateral).



## Recomendaciones

1. Se recomienda realizar otros estudios similares, para identificar factores que estén contribuyendo con la alta incidencia de estrés ansiedad y depresión la población, objeto de estudio; además de indagar detalles relacionados más específicos con la edad, el género, lugar de origen, religión, etc.
2. Llevar a cabo un estudio comparativo con otra universidad no denominacional con el propósito de identificar factores críticos, en vista de que el estudio evidencia el poco efecto de sus principios espirituales en la vida de sus jóvenes (tomando en cuenta que se esperaba un resultado con más ecuanimidad, sosiego y control en el manejo emocional)
3. Se recomienda comunicar los resultados de esta investigación a la promotora de la Iglesia Adventista del Séptimo Día y a la administración de la universidad, con el propósito de estimular la generación de políticas, estrategias de salud y temperancia que mejoren el estado emocional de sus jóvenes.
4. Debido al conocimiento de las características sociodemográficas: la situación laboral, la residencia en que habitan, la carrera que estudian y la religión que pertenecen están implicados en su estado emocional, se recomienda a los líderes de toma de decisiones y a los actores locales implementar mecanismos de soporte y contingencia: puestos de trabajo, ampliación de residencia interna, con el propósito de contribuir al mejoramiento de su reporte emocional.
5. Asimismo, se sugiere la implementación de una campaña de sensibilización, con el propósito de cambiar la óptica, en el sentido de considerar a unas carreras mejores que otras.
6. En cuanto al bajo efecto de la religión en su estado de ánimo y de la condición religión como una fuente de estrés, ansiedad y depresión, se sugiere

implementar diferentes estrategias, programas establecidos por el departamento de bienestar, capellanía y docentes cristianos que influyan en los jóvenes estudiantes.

7. Se recomienda a la Universidad Adventista de Colombia, la capacitación o la implementación de personal profesional en el área de la salud mental, con el fin de tratar o prevenir a tiempo las dificultades que se puedan presentar en los estudiantes con respecto al estrés académico, ansiedad y depresión.

## REFERENCIAS

- Agudelo, D., Casadiegos, C., Sánchez, D. (2008). Características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *International Journal of Psychological Research*, 1(1), 34–39.
- Aragón. L., Contreras, O., Tron, R. (2011). Anxiety and Constructive Thinking, 3, 43–56. doi:10.5460/jbhsi.v3.1.27697
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: Un diseño de diferencia de grupos. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 26(2), 270–289.
- Bedoya, S., Perea, M., Ormeño, R. (2006). Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología. *Revista Estomatología Herediana*, 16(1), 15–20.
- Berrío, N., & Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología de La Universidad de Antioquia*, 3(2).
- Brandy, J. M. (2011). *Loyola eCommons Depression in Freshmen College Students*.
- Caldera, J.F., Pulido, B.E. & Martínez, M. G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación Y Desarrollo*, (7), 77–82.
- Campuzano, J. (2013). *Depresión , estrés y ansiedad y su relación con el desempeño académico : Una visión transversal , en los estudiantes de la Universidad Latinoamericana , Cuernavaca , Morelos 2013*. Cuernavaca.
- Celis, J., Bustamante, M., Cabrera, D., Cabrera, M., Alarcón, W., & Monge, E. (2001). Ansiedad y estrés académico en estudiantes de medicina humana del primer y sexto año. *Anales de La Facultad de Medicina*, 62, 25–30. doi:10.15381/anales.v62i1.4143
- Cobo, J. (2005). El concepto de depresión. Historia, definicion(es), nosología, clasificación. *Psiquiatría.com*, 9(4).
- Farkas, C. (2003). Utilizaciónn de estrategias mágicas para el manejo de situaciones estresantes en estudiantes universitarios/as. *Interamerican Journal of Psychology*, 37(1), 109–143.
- Feldman, L., Goncalves, L., Chacón, G., Zaragoza, J., Bagés, N., & De Pablo, J.

- (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social , salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios Venezolanos. *Universitas Psychologia*, 7(3), 739–751.
- García-Fernández, J. M., Martínez-Monteagudo, M. C., & Inglés Saura, C. J. (2013). ¿Cómo se relaciona la ansiedad escolar con el rendimiento académico? *Revista Iberoamericana de Psicología Y Salud*, 4, 63–76.
- Gutiérrez, O. C., Becerra, M. C., & Velázquez, M. (2014). Revista Electrónica de Psicología Iztacala BEHAVIOUR AND ANXIETY ON COLLEGE, 17(2).
- Gutiérrez, J., Montoya, L., Toro, B., Briñon, M., Rosas, E., Salazar, L. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *CES Medicina*, 24(1), 7–17. Retrieved from <http://www.redalyc.org/pdf/2611/261119491001.pdf> consultado agosto 15 de 2015.
- Herrera, D., Rodríguez, M., Valverde, M. (n.d.). Validación del Inventario de Estrés Académico de Polo, Hernández y Pozo en Estudiantes Universitarios de la Comuna de Concepción.
- Ivakhnova, E. (2009). *Academic Stress among University Students : The Necessity of On-Campus Student Support Structures* .
- Jackson, S. (1986). Historia de la Melancolía y la Depresión. Desde los tiempos hipocráticos a la época moderna. Madrid: Turner.
- Lewinsohn, P., Hops, H., Roberts, R., Seeley, J., & Andrews, J. (1993). Adolescent psychopathology. I: Prevalence and incidence of depression and other DSM-III-R disorders in high school students. *Journal of Abnormal Psychology*, 102(133–144).
- Lezama, S. (2012). Propiedades psicométricas de la Escala de Zung para síntomas depresivos en población adolescente escolarizada colombiana. *Psychologia. Avances de La Disciplina*, 6(1), 91–101.
- Martín, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes De Psicología*, 25(1), 87–99. Retrieved from <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117> Consultado Julio 27 de 2015.
- Martínez, F., Cano, A., Castillo, J., Sánchez, J., Ortiz, B., & Gordillo, E. (1995). Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad ( I . S . R . A .): Un estudio exploratorio . *Anales de Psicología*, 11(1), 97–104.
- Mazo, R., Londoño, K., Gutierrez, Y. (2013). Niveles de estrés académico en estudiantes universitarios. *Informes Psicológicos*, 13(2), 121–134.

- McEwen, B. (2000). The neurobiology of stress: from serendipity to clinical relevance. *Brain Research*, 886(1-2), 172–189.
- Melgosa, J. (1994). *¡Sin estrés!* (1a edición). Madrid (España): Editorial Safeliz.
- Ministerio de la Protección Social, F. F. S. (2005). *Estudio nacional de salud mental, Colombia 2003*. Cali: Gráficas Ltda.
- Ministerio de la Protección Social, R. de C. (2003). *Un panorama nacional de la salud y enfermedad mental de la salud en Colombia: Informe preliminar: Estudio Nacional de Salud Mental en Colombia*. Retrieved from <http://www.abacolombia.org.co/bv/clinica/estudiosaludmentalcolombia.pdf> consultado abril 4 de 2015
- Minn Chai, P. P. (2009). *Religion / spirituality as a stress coping mechanism for international students*.
- Naranjo, M. (2009). Una revision teorica sobre el estres y algunos aspectos relevantes de este en el ambito educativo. *Revista Educacion*, 33(2), 171–190.
- Nedley, N. (2009). *Como sair da depressao: prevencao, tratamento e cura* (1a edición). Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira.
- Organización Mundial de la Salud. (2001). Informe sobre la salud en el mundo 2001. Salud mental: nuevos conocimientos, nuevas esperanzas, 169.
- Orlandini, A. (1996). *El estrés: ¿Qué es y Cómo evitarlo?* (1a ed.). Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Pardo A., G., Sandoval D., A., & Umbarila Z., D. (2004). Adolescencia y depresión. *Revista Colombiana de Psicología*, 13–28.
- Piemontesi, S. E., Heredia, D. E., Furlan, L. A., Sánchez-Rosas, J., & Martínez, M. (2012). Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *Anales de Psicología*, 28, 89–96.
- Polo, A., Hernández, J., & Pozo, C. (1996). Evaluación del estrés académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad Y Estrés*, 16, 1–16. Retrieved from [http://www.unileon.es/estudiantes/atencion\\_universitario/articulo.pdf](http://www.unileon.es/estudiantes/atencion_universitario/articulo.pdf) consultado 6 de mayo de 2015.
- Pulido Rull, M. a., Serrano Sánchez, M. L., Valdés Cano, E., Chávez Méndez, M. T., Hidalgo Montiel, P., & Vera García, F. (2011). Estrés académico en estudiantes universitarios 1. *Psicología Y Salud*, 21(55), 31–37.
- Rivera, B., Corrales, A., Cáceres, O., & Pina, J. (2007). Validation Of The Zung Depression Scale In Persons With HIV. *Terapia Psicológica*, 25(2), 135–140.
- Rojas, E. (2009). *La Ansiedad: Cómo superar el estrés, las crisis de pánico y las*

*obsesiones*. (Ediciones Temas de Hoy, Ed.) (2009th ed.). Madrid: Ediciones Planeta Madrid S.A.

Román, C., Ortiz, F., Rodríguez, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina Introducción Materiales y métodos Participantes. *Revista Iberoamericana de Educación*, 46, 1–8.

Rosário, P., Núñez, J. C., Salgado, A., González-Pianda, J. A., Valle, A., Joly, C., & Bernardo, A. (2008). Ansiedad ante los exámenes: Relación con variables personales y familiares. *Psicothema*, 20, 563–570.

Sandín, B. (2003). El estrés : un análisis basado en el papel de los factores sociales. *Revista Internacional de Psicología*, 3(1), 141–157.

Singh, B. P. (2011). Study and Analysis of Academic Stress of B . Ed . Students, 1(2), 119–127.

Thawabieh, A. M., & Qaisy, L. M. (2012). Assessing Stress Among University Students. *American International Journal of Contemporary Research*, 2(2), 110–116.

Torres, Y., & Montoya, I. (1997). *Ministerio de Salud. Segundo estudio nacional de salud mental*. Bogotá.

Versaevel, L. N. (2015). *Canadian Post-Secondary Students , Stress , and Academic Performance – A Socio-Ecological Approach*.

**APÉNDICE A: INSTRUMENTO(S) DE RECOLECCIÓN DE DATOS**  
**CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS ASOCIADAS AL ESTRÉS ACADÉMICO, DEPRESIÓN Y**  
**ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA UNIVERSIDAD ADVENTISTA DE COLOMBIA**  
**MEDELLÍN, 2015**

*Apreciado estudiante, esta es una encuesta que permitirá conocer sus características sociodemográficas y su asociación con el estrés académico, ansiedad y depresión. . Agradecemos llenarla lo más sincera posible, sus aportes ayudaran a realizar el trabajo investigativo de una manera correcta.*

**Edad:** \_\_\_\_\_

**Sexo:** F ☐ <sup>1</sup>    M ☐ <sup>2</sup>

**Estado civil:** Soltero ☐ <sup>1</sup>    Casado ☐ <sup>2</sup>    Unión Libre ☐ <sup>3</sup>    Viudo ☐ <sup>4</sup>    Separado ☐ <sup>5</sup>

**Situación Ocupacional:** Trabaja ☐ <sup>1</sup>    No trabaja ☐ <sup>2</sup>

**Origen Demográfico:** Rural ☐ <sup>1</sup>    Urbano ☐ <sup>2</sup>

**CARACTERÍSTICAS ACADÉMICAS DEL ESTUDIANTE**

**FACULTAD**

1. Educación \_\_\_\_\_    2. Teología \_\_\_\_\_    3. Ingeniería \_\_\_\_\_  
4. Administración \_\_\_\_\_    5. Salud \_\_\_\_\_

**CARRERA PROFESIONAL**

- |                                            |                                  |
|--------------------------------------------|----------------------------------|
| 1. Administración de Empresas _____        | 7. Contaduría Pública _____      |
| 2. Educación Básica _____                  | 8. Enfermería _____              |
| 3. Lic. en Preescolar _____                | 9. Ing. de Sistemas _____        |
| 4. Lic. en Música _____                    | 10. Tecnología en APH _____      |
| 5. Tecnología en Gestión Empresarial _____ | 11. Tecnología en Mercadeo _____ |
| 6. Lic. en Teología _____                  |                                  |

**SEMESTRE ACADÉMICO** \_\_\_\_\_

**RESIDENCIA UNIVERSITARIA**

1. Interno \_\_\_\_\_    2. Externo \_\_\_\_\_

**CARACTERÍSTICAS SOCIALES DEL ESTUDIANTE**

**Tipo de origen familiar del estudiante**

1. Parental \_\_\_\_\_    2. Monoparental \_\_\_\_\_    3. Ninguno \_\_\_\_\_

**Condición religiosa**

1. Adventista \_\_\_\_\_    2. No adventista \_\_\_\_\_

**Estado sentimental actual**

1. Noviando    2. Sin novio (a) \_\_\_\_\_

## ESCALA DE MEDICIÓN DEL ESTRÉS ACADÉMICO

Apreciado alumno, ésta es una encuesta que permite observar algunos factores generadores de estrés académico. Califique de acuerdo a la tabla con una X o un √

<b>Factores generadores de estrés</b>	<b>Nada</b>	<b>Casi nunca</b>	<b>A veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
1. Realización de un examen					
2. Exposición de trabajos en clases					
3. Intervención en el aula (responder a una pregunta del profesor, realizar preguntas, participar en debates, etc.).					
4. Subir al despacho del profesor en horas de auditorías.					
5. Sobrecarga académica (Excesivo número de créditos, trabajos obligatorios, etc.).					
6. Muchos alumnos en el aula.					
7. Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.					
8. Competitividad entre compañeros.					
9. Realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura (búsqueda del material necesario, redactar el trabajo, etc.).					
10. La tarea de estudio.					
11. Trabajar en grupos.					



### Escala reducida de Ansiedad

Por favor, decida con cuánta frecuencia el enunciado describe la forma en que usted se ha sentido en los últimos días. Marque con una X o √

Ítems	Nada	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1. Me preocupo fácilmente.					
2. Tengo pensamientos o sentimientos negativos.					
3. Me siento inseguro de mí mismo.					
4. Doy demasiadas vueltas a las cosas sin llegar a decidirme.					
5. Siento miedo.					
6. Me sudan las manos u otras partes del cuerpo hasta en días fríos.					
7. Me tiemblan las manos o las piernas.					
8. Me duele la cabeza.					
9. Mi cuerpo está en tensión.					
10. Tengo palpitaciones, el corazón me late muy deprisa.					
11. Me falta el aire y mi respiración es muy agitada.					
12. Siento mareo					
13. Tengo escalofríos y tiritos aunque no haga mucho frío.					
14. Trato de rehuir o evitar alguna situación.					
15. Me muevo y hago cosas sin ninguna finalidad correcta.					
16. Quedo paralizado o mis movimientos son torpes.					
17. Tartamudeo o tengo otras dificultades de expresión verbal.					

### Escala de Autoevaluación para la Depresión de Zung (SDS)

Por favor lea cada enunciado y decida con cuánta frecuencia el enunciado describe la forma en que usted se ha sentido en los últimos días.

Por favor marque (X) en la columna adecuada o √	Poco tiempo	Algo del tiempo	Una buena parte del tiempo	La mayor parte del tiempo
1. Me siento decaído y triste.				
2. Por la mañana es cuando me siento mejor.				
3. Siento ganas de llorar o irrumpo en llanto.				
4. Tengo problemas para dormir por la noche.				
5. Como la misma cantidad de siempre.				
6. Todavía disfruto el sexo.				
7. He notado que estoy perdiendo peso.				
8. Tengo problemas de estreñimiento.				
9. Mi corazón late más rápido de lo normal.				
10. Me canso sin razón alguna.				
11. Mi mente está tan clara como siempre.				
12. Me es fácil hacer lo que siempre hacía.				
13. Me siento agitado y no puedo estar quieto.				
14. Siento esperanza en el futuro.				
15. Estoy más irritable de lo normal.				
16. Me es fácil tomar decisiones.				
17. Siento que soy útil y me necesitan.				
18. Mi vida es bastante plena.				

19. Siento que los demás estarían mejor si yo muriera.				
20. Todavía disfruto de las cosas que disfrutaba antes.				

**APÉNDICE B: MATRIZ INSTRUMENTAL**

<b>Variables</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>indicadores</b>	<b>Fuentes de información</b>	<b>Instrumentos</b>
Características sociodemográficas	Características del estudiante	Edad	Estudiantes	Encuesta
		Sexo	Estudiantes	Encuesta
		Estado civil	Estudiantes	Encuesta
		Origen geográfico	Estudiantes	Encuesta
		Condición laboral	Estudiantes	Encuesta
	Características universitarias del estudiante	Facultad	Estudiantes	Encuesta
		Carrera Profesional	Estudiantes	Encuesta
		Semestre académico	Estudiantes	Encuesta
		Residencia Universitaria	Estudiantes	Encuesta
	Características sociales del estudiante	Tipo de familia de origen	Estudiantes	Encuesta
		Condición Religiosa	Estudiantes	Encuesta
		Estado sentimental actual	Estudiantes	Encuesta
Estrés académico	Factor psicológico	Manifestaciones psicológicas	Estudiantes	Escala/Inventario Escala/Inventario Escala/Inventario
	Factor cognitivo	Manifestaciones cognitivas	Estudiantes	
	Factor motriz	Manifestaciones motoras		
Ansiedad	Dimensión respuestas cognitivas	Respuestas cognitivas	Estudiantes	Escala/Inventario Escala/Inventario Escala/Inventario
	Dimensión respuestas fisiológicas	Respuestas fisiológicas	Estudiantes	
	Dimensión respuestas motoras	Respuestas motoras	Estudiantes	
Depresión	Factor Síntomas afectivos	Síntomas afectivos	Estudiantes	Escala/Inventario
	Factor Síntomas	Síntomas físicos		

	físicos			
	Factor Síntomas cognoscitivos	Síntomas cognoscitivos		
	Factor Síntomas psicológicos	Síntomas psicológicos		

## APÉNDICE C: MATRIZ DE CONSISTENCIA

Tema de estudio	Problemas	Objetivos	Hipótesis	Tipo y diseño de investigación	Marco conceptual
Características sociodemográficas asociadas al estrés académico, depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de la universidad adventista de Colombia, Medellín, 2015	<p><b>1. Problema general</b> ¿En qué medida las características sociodemográficas se relacionan con el estrés académico, depresión y ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia – Medellín, en el año 2015?</p> <p><b>2. Problemas específicos</b></p> <p>2.1. ¿Cuáles son las características sociodemográficas de los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015?</p> <p>2.2. ¿Cuál es el nivel de estrés académico en estudiantes</p>	<p><b>1. Objetivo general</b> Determinar en qué medida las características sociodemográficas se relacionan con el estrés académico, depresión y ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia – Medellín, en el año 2015.</p> <p><b>2. Objetivos específicos</b></p> <p>2.1 Describir las características sociodemográficas de los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015.</p> <p>2.2 Describir el nivel de estrés académico en</p>	<p><b>1. Hipótesis general</b> Las características sociodemográficas están relacionadas significativamente al estrés académico, depresión y ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia – Medellín, en el año 2015.</p> <p><b>2. Hipótesis específicos</b></p> <p>2.1. Las características sociodemográficas están relacionadas significativamente al nivel de estrés académico en estudiantes de la</p>	<p><b>Tipo</b> Descriptivo – correlacional.</p> <p><b>Diseño</b> No experimental Transversal</p> <p><b>Donde:</b> X: Características sociodemográficas Y: Estrés académico, ansiedad y depresión R: Correlación</p> <p><b>Población</b> 1500 estudiantes</p>	<p><b>Estrés Académico</b> Estrés presente en el ámbito educativo</p> <p><b>Ansiedad</b> Patrón de respuestas del individuo ante agentes estresores externos o internos</p> <p><b>Depresión</b> Trastorno mental caracterizado por estado</p>

	<p>de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015?</p> <p>2.3. ¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015?</p> <p>2.4. ¿Cuál es el nivel de depresión en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015?</p> <p>2.5. ¿Cómo se relacionan las características sociodemográficas con el nivel de estrés académico en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015?</p> <p>2.6. ¿Cómo se relacionan las características sociodemográficas con el nivel de ansiedad en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015?</p>	<p>estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015.</p> <p>2.3 Describir el nivel de ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015.</p> <p>2.4 Describir el nivel de depresión en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015.</p> <p>2.5 Determinar la relación de las características sociodemográficas con el nivel de estrés académico en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015.</p> <p>2.6 Determinar la relación de las características sociodemográficas con el nivel de ansiedad en</p>	<p>Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015.</p> <p>2.2. Las características sociodemográficas están relacionadas significativamente al nivel de ansiedad en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia – Medellín, en el año 2015.</p> <p>2.3. Las características sociodemográficas están relacionadas significativamente al nivel de depresión en estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia – Medellín, en el año 2015.</p>	<p>Muestra: Aleatoria = 306 estudiantes</p>	<p>profundo de tristeza</p>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------	---------------------------------

	<p>2.7. ¿Cómo se relacionan las características sociodemográficas con el nivel de depresión en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015?</p>	<p>los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015.</p> <p>2.7 Determinar la relación de las características sociodemográficas con el nivel de depresión en los estudiantes de la Universidad Adventista de Colombia - Medellín, en el año 2015.</p>			
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--

## APÉNDICE D: HOJAS DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

### HOJA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

#### ENCUESTA O CUESTIONARIO SOBRE "CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS ASOCIADAS AL ESTRÉS ACADÉMICO, DEPRESIÓN Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA UNIVERSIDAD ADVENTISTA DE COLOMBIA, MEDELLÍN, 2015"

**INSTRUCCIÓN:** Sírvase encerrar dentro un círculo, el número (representa porcentaje) que crea conveniente para cada pregunta.

1. ¿Considera usted que el instrumento cumple el objetivo propuesto?  
0    10    20    30    40    50    60    70    80    **90**    100 (%)
2. ¿Considera usted que este instrumento contiene los conceptos propios del tema que se investiga?  
0    10    20    30    40    50    60    70    **80**    90    100 (%)
3. ¿Estima usted que la cantidad de ítems que se utiliza son suficientes para tener una visión comprensiva del asunto que se investiga?  
0    10    20    30    40    50    60    70    **80**    90    100 (%)
4. ¿Considera usted que si aplicara este instrumento a muestras similares se obtendrían datos también similares?  
0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    **100 (%)**
5. ¿Estima usted que los ítems propuestos permiten una respuesta objetiva de parte de los informantes?  
0    10    20    30    40    50    60    70    80    **90**    100 (%)
6. ¿Qué ítems cree usted que se podría agregar?  
\_\_\_\_\_ *ES UN INSTRUMENTO VALIDADO* \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
7. ¿Qué ítems se podrían eliminar?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Fecha: 13 - 05 - 15 Firma: *Daniel*

Validado por: DANIEL RICHARD PÉREZ

Grado académico: DOCTOR EN SALUD PÚBLICA



## HOJA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

### ENCUESTA O CUESTIONARIO SOBRE "CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS ASOCIADAS AL ESTRÉS ACADÉMICO, DEPRESIÓN Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA UNIVERSIDAD ADVENTISTA DE COLOMBIA, MEDELLIN, 2015"

**INSTRUCCIÓN:** Sírvase encerrar dentro un círculo, el número (representa porcentaje) que crea conveniente para cada pregunta.

1. ¿Considera usted que el instrumento cumple el objetivo propuesto?  
0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100 (%)
2. ¿Considera usted que este instrumento contiene los conceptos propios del tema que se investiga?  
0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100 (%)
3. ¿Estima usted que la cantidad de ítems que se utiliza son suficientes para tener una visión comprensiva del asunto que se investiga?  
0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100 (%)
4. ¿Considera usted que si aplicara este instrumento a muestras similares se obtendrían datos también similares?  
0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100 (%)
5. ¿Estima usted que los ítems propuestos permiten una respuesta objetiva de parte de los informantes?  
0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100 (%)
6. ¿Qué ítems cree usted que se podría agregar?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

7. ¿Qué ítems se podrían eliminar?

Modificar el ítem 6 el  
tema modificación por algo mas comprensible.  
(inst. Escuela de otros académicos)

Fecha: 22/05/2015 Firma: \_\_\_\_\_

Validado por: Dng Escobedo Rios.

Grado académico: Dra.

## HOJA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

### ENCUESTA O CUESTIONARIO SOBRE “CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS ASOCIADAS AL ESTRÉS ACADÉMICO, DEPRESIÓN Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA UNIVERSIDAD ADVENTISTA DE COLOMBIA, MEDELLIN, 2015”

**INSTRUCCIÓN:** Sírvase encerrar dentro un círculo, el número (representa porcentaje) que crea conveniente para cada pregunta.

1. ¿Considera usted que el instrumento cumple el objetivo propuesto?  
0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100 (%)
2. ¿Considera usted que este instrumento contiene los conceptos propios del tema que se investiga?  
0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100 (%)
3. ¿Estima usted que la cantidad de ítems que se utiliza son suficientes para tener una visión comprensiva del asunto que se investiga?  
0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100 (%)
4. ¿Considera usted que si aplicara este instrumento a muestras similares se obtendrían datos también similares?  
0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100 (%)
5. ¿Estima usted que los ítems propuestos permiten una respuesta objetiva de parte de los informantes?  
0    10    20    30    40    50    60    70    80    90    100 (%)
6. ¿Qué ítems cree usted que se podría agregar?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
7. ¿Qué ítems se podrían eliminar?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Fecha: 21/05/15 Firma: 

Validado por: Miguel Bernui Contreras

Grado académico: Doctor en Salud Pública.